

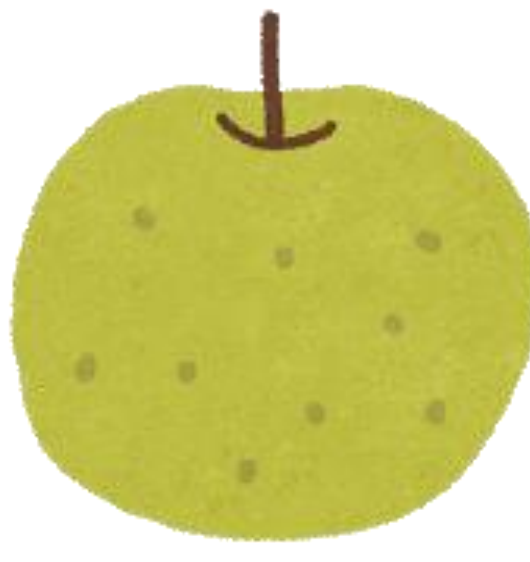


保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和7年9月分

大和市立保育園

No. 1

日／曜	9～11か月頃（適宜きざむ）		7～8か月頃（適宜つぶす）	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・⑮ ／ 月	固がゆ クリームシチュー刻み いんげんのおかか和え やわらか煮刻み（人参入り）	乳児用菓子 梨スライス又は刻み 又はすりおろし 又はすりおろして加熱 ミルク 	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし いんげんのやわらか煮つぶし 人参の煮つぶし 梨刻み又はすりおろし 又はすりおろして加熱	ミルク
2・16 ／ 火	固がゆ 豆腐のつくね焼き刻み ゴマ和え刻み みそ汁 （なす・長葱）	シンプル麩ラスク 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱の煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし なすの煮つぶし みそ汁（汁のみ） 	ミルク
3・17 ／ 水	固がゆ 鶏肉のさっぱり煮刻み 備蓄コーンサラダ刻み すまし汁 （小松菜・しめじ）	ヨーグルトケーキ刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
4・18 ／ 木	固がゆ さわらのてり焼き刻み 又はかれの薄味煮刻み ゆかり和え刻み みそ汁 （豆腐・油揚げ・長葱）	ポテトフライ 又はじゃが芋の甘煮 ミルク 	おかゆ かれの薄味煮つぶし 豆腐の薄味煮つぶし 小松菜の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
5・19 ／ 金	固がゆ 豚肉の生姜焼き刻み 浅漬け刻み （人参入り） すまし汁 （わかめ・えのきたけ）	レーズンクッキー 又は乳児用菓子 ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし きゅうりのすりおろし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
6・20 ／ 土	固がゆ じゃが芋のそばろ煮刻み すまし汁 （わけぎ・麩） 型抜きチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 麩のクタクタ煮 人参の煮つぶし すまし汁（汁のみ） 型抜きチーズ	ミルク
8・22 ／ 月	固がゆ ビビンバ刻み たたききゅうり刻み すまし汁 （わけぎ・えのきたけ） 	乳児用菓子 梨スライス又は刻み 又はすりおろし 又はすりおろして加熱 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし すまし汁（汁のみ） 	ミルク

保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和7年9月分

大和市立保育園

No.2

	9～11か月頃（適宜きざむ）		7～8か月頃（適宜つぶす）	
	11:00	15:00	11:00	15:00
9・㊸ ／ 火	食パン又はパンがゆ（食パン） ミネストローネ刻み おさつスティックオーブン焼き刻み	夕焼けごはん（固がゆ） 又はおじや ミルク	パンがゆ（食パン） 麩のクタクタ煮 キャベツと玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし トマトのゆでつぶし さつま芋のゆでつぶし	ミルク
10・24 ／ 水	固がゆ マーボー豆腐刻み ブロッコリーと人参の磯かけ刻み 中華スープ （小松菜・しめじ） （中華スープに地場産玉葱を追加使用できる場合あり）	プレーン蒸しパン刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし 中華スープ（汁のみ）	ミルク
11・25 ／ 木	固がゆ かれのいの煮つけ刻み 納豆和え刻み みそ汁 （豆腐・長葱）	シュガートースト刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ（食パン） ミルク	おかゆ かれのいの薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし 豆腐の薄味煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
12・26 ／ 金	固がゆ 肉と大豆、野菜のそばろ フレンチサラダ刻み	チャウミン刻み 又はおじや ミルク	おかゆ 大豆のゆでつぶし 麩のクタクタ煮 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし	ミルク
13・27 ／ 土	ナポリタン刻み サラダ刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉葱と人参のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし キャベツの煮つぶし	ミルク
29 ／ 月	固がゆ トマトの中のお豆さん刻み （ポークビーンズ） ボイルブロッコリー刻み えのきスープ （えのきたけ・長葱）	ジャムサンド刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ（食パン） ミルク	おかゆ 玉葱のミルク煮つぶし 人参の煮つぶし 白いんげん豆のゆでつぶし ブロッコリーの煮つぶし えのきスープ（汁のみ）	ミルク
30 ／ 火	固がゆ 豆腐チャンプルー刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁（大根・油揚げ） 梨スライス又は刻み又はすりおろし 又はすりおろして加熱	大学芋刻み 又はさつま芋の甘煮刻み ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし ひじきの煮つぶし 大根の煮つぶし みそ汁（汁のみ） 梨刻み又はすりおろし又はすりおろして加熱	ミルク

※5～6か月の離乳食について
7～8か月の献立内容にならない、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。
ただし、使用食材は公立保育園給食家庭連絡表に準じています。

※保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合があります。
※個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。
※パンがゆは食パンで作ります。
※ベビーフード「野菜と鶏ささみ」（非常食）等を使用する場合もあります。



9月1日は「防災の日」！離乳食を備蓄するときのポイントは？

保育園ではおかゆや備蓄水、ベビーフード、アレルギー対応用のレトルト食品等を備蓄しています。また、賞味期限を確認し、給食に使用しています。離乳食は家族の食事からの取り分けが理想的ですが、余裕がないときに備蓄しておいたベビーフードを上手に活用してはいかかですか。ベビーフードの選び方と使用する時のポイントをご紹介します。

①月齢にあったものを選び、一口味見！

食べさせる前に味や固さを確認し、様子をみながら少しずつ食べさせましょう。

②食材が偏らないように バランスよく組み合わせる！

離乳食が進み、2回食になったら「主食」「主菜」「副菜」の揃った食事内容にしましょう。



③用途や食材で選ぼう！

メニューに変化をつけたいとき、家庭で料理しにくい食材等、用途に応じて選びましょう。不足しがちな鉄分の補給源として、レバーを取り入れた製品も使ってみると良いでしょう。