



保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和7年10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 ／ 水	食パン又はパンがゆ(食パン) 鶏肉の照り焼き刻み 野菜サラダ刻み チンゲン菜のさっぱりスープ (チンゲン菜・玉葱)	さくさくクッキー 又は乳児用菓子 ミルク 	パンがゆ(食パン) 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 チンゲン菜と玉葱の煮つぶし チンゲン菜のさっぱりスープ(汁のみ)	ミルク
2・16 ／ 木	固がゆ 鶏ひき肉と野菜のそばろ ナムル刻み みそ汁 (じゃが芋・長葱)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋のミルク煮つぶし 玉葱の煮つぶし 赤ピーマンの煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	
3・17 ／ 金	固がゆ さばのみそ煮刻み 又はかれいの薄味煮刻み お浸し刻み (人参・キャベツ) すまし汁 (小松菜・しめじ)	ミートソーススパゲッティー刻み 又はリゾット ミルク	おかゆ かれいの薄味煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
4・18 ／ 土	固がゆ 肉野菜炒め刻み 型抜きチーズ みそ汁 (わかめ・麩)	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 人参の煮つぶし 型抜きチーズ みそ汁(汁のみ)	ミルク
6・20 ／ 月	食パン又はパンがゆ(食パン) 豆腐ハンバーグ刻み 野菜ソテー刻み えのきスープ (えのきたけ・長葱)	さつま芋入り固がゆ ミルク 	パンがゆ(食パン) 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 えのきスープ(汁のみ)	ミルク
7・21 ／ 火	固がゆ クリームシチュー刻み フレンチサラダ刻み	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 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	
8・22 ／ 水	固がゆ オランダ煮刻み かぼちゃのオーブン焼き刻み みそ汁 (小松菜・しめじ)	パンせんべい刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ(食パン)	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし かぼちゃの煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
9・23 ／ 木	固がゆ さわらのから揚げ刻み 又はかれいの薄味煮刻み 納豆和え刻み みそ汁 (豆腐・わかめ)	乳児用菓子 みかん刻み 又はつぶし又は果汁	おかゆ かれいの薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし 豆腐の薄味煮つぶし 小松菜の煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和7年10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
10・24 / 金	固がゆ 肉野菜炒め刻み ブロッコリーの磯かけ刻み すまし汁 (チンゲン菜・長葱) 	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 人参の煮つぶし ブロッコリーの煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
11・25 / 土	焼きそば刻み トマトきゅうりサラダ刻み みかん刻み 又はつぶし又は果汁 	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  人参の煮つぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし みかんつぶし又は果汁	ミルク
⑬・27 / 月	固がゆ チキンカツ刻み 切干大根の柔らか煮刻み すまし汁 (豆腐・小松菜)	プレーンヨーグルト 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 豆腐の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
14・28 / 火	固がゆ いり豆腐刻み にんじんしりしり刻み みそ汁 (大根・油揚げ) 	小倉ケーキ刻み 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 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし  みそ汁(汁のみ)	ミルク
29 / 水	食パン又はパンがゆ(食パン) ベーコンとポテトの 豆乳グラタン刻み 備蓄コーンサラダ刻み	鶏ごぼうごはん(固がゆ) (具は柔らか煮刻み) 又はおじや ミルク	パンがゆ(食パン) じゃが芋と玉葱のミルク煮つぶし 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 トマトのゆでつぶし	ミルク
30 / 木	固がゆ 白身魚のマヨネーズ焼き刻み 又はかれの薄味煮刻み ごま和え刻み わかめスープ (わかめ・玉葱)	ジャムサンドパン(食パン)刻み 又は食パン刻み ミルク	おかゆ かれの薄味煮つぶし キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし 玉葱の煮つぶし わかめスープ(汁のみ)	ミルク
31 / 金	固がゆ 肉じゃが刻み 手作りふりかけごま刻み みかん刻み 又はつぶし又は果汁 みそ汁 (キャベツ・長葱) 	パンプキンパイ刻み 又はスイートパンプキン ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋の煮つぶし 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし キャベツの煮つぶし みかんつぶし又は果汁 みそ汁(汁のみ)	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)等を使用する場合があります。

♥ 生活リズムをととのえましょう ♥



お子さんが食事を食べないと悩んでいませんか?
お悩み解決のカギは「生活リズムをととのえる」ことです。
まずは、朝、決まった時間に起こして、朝食を食べましょう。そして、「いっぱい遊んで、しっかり食べて、ぐっすりと眠る」ことを心がけましょう。空腹が一番のごちそうです。からだを動かすとおなかがすいて、ごはんをおいしく食べられます。

