



保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和8年2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
2・16 月	固がゆ レバーのかりん揚げ刻み パイン入り甘酢刻み けんちん汁(具刻み) (豆腐・油揚げ・人参・ ごぼう・大根・長葱)	乳児用菓子 りんご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 豆腐の薄味煮つぶし キャベツの煮つぶし きゅうりのすりおろし 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし けんちん汁(汁のみ)	ミルク
3・17 火	固がゆ 鶏肉のみぞれ煮刻み ゴマ和え刻み みそ汁 (じゃが芋・しめじ)	3日: 鬼まんじゅう刻み 又は乳児用菓子 17日: 小倉ケーキ刻み 又は乳児用菓子 ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
4・18 水	固がゆ さわらの照り焼き刻み 又はかれいの薄味煮つぶし れんこんのきんぴら刻み みそ汁 (小松菜・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 かれいの薄味煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし 玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
5・19 木	固がゆ クリームシチュー刻み フレンチサラダ刻み	うどんのやわらか煮刻み ミルク 	おかゆ 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
6・20 金	固がゆ 豆腐チャンプルー刻み ブロッコリーと人参のおかか和え刻み みそ汁 (かぶ・かぶの葉・油揚げ)	レーズンクッキー 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 かぶの煮つぶし みそ汁(汁のみ) 	ミルク
7・21 土	固がゆ 肉じゃが刻み みそ汁 (長葱・しめじ・麩) りんご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	乳児用菓子 ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし 麩のクタクタ煮 みそ汁(汁のみ) りんご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
9・⑬ 月	固がゆ ビビンバ刻み ステイックポテト刻み すまし汁 (白菜・しめじ)	乳児用菓子 清見かんなどの国産の甘い柑橘類刻み 又はつぶし又は果汁 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 じゃが芋の煮つぶし 白菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク

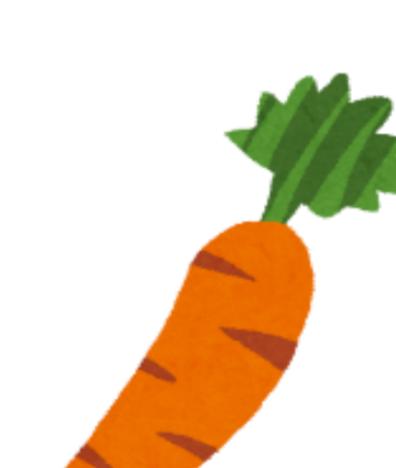


保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和8年2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 火	食パン又はパンがゆ(食パン) タンドリーチキン刻み 備蓄コーンサラダ刻み チンゲン菜のスープ (ベーコン・チンゲン菜・玉葱)	ケチャップライスのやわらか煮 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 チンゲン菜のスープ(汁のみ)	ミルク
11・25 水	固がゆ さばのみそ煮刻み 又はかれいの薄味煮刻み 白菜と人参のお浸し刻み すまし汁 (小松菜・麩)	シュガートースト刻み 又は食パン刻み ミルク 	おかゆ かれいの薄味煮つぶし 白菜の煮つぶし 人参の煮つぶし 麩のクタクタ煮 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク
12・26 木	固がゆ 豆腐のつくね焼き刻み 納豆和え刻み みそ汁 (大根・油揚げ)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし 小松菜の煮つぶし 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 	ミルク
13・27 金	固がゆ ささみカツ刻み 野菜の中華和え刻み キャベツのさっぱりスープ (キャベツ・玉葱) 	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 きゅうりのすりおろし 人参の煮つぶし 大根の煮つぶし キャベツと玉葱の煮つぶし キャベツのさっぱりスープ(汁のみ)	ミルク
14・28 土	焼きそば刻み サラダ刻み えのきスープ (えのきたけ・長葱) ベビーチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 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 えのきスープ(汁のみ) ベビーチーズ	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。

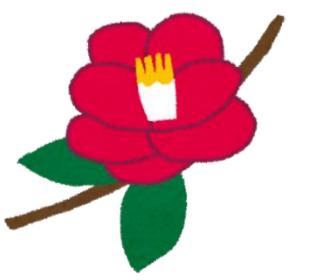
*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合もあります。

*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。

♥ 今まで食べていたのに…なぜ食べない?偏食? ♥



お子さんの食事で困っていませんか?

離乳食が進んでくると、食べ物の好みがでてきます。また、昨日は食べたのに、今日は食べないということがあります。そこで、調理方法や食べさせる際のポイントをご紹介します。あきらめないで試してみましょう。



ポイント①周りの人が美味しいように食べている姿をみせましょう

周りの人が美味しいように食べることで、興味を持ち、食べてみようという気持ちになります。

ポイント②調理方法を変えてみましょう

見た目や食感が原因で食べられない場合があります。
いつも煮ていたら、蒸したり炒めてみたり、調理方法や切り方をいろいろ試してみましょう。



ポイント③食べられたらたくさん褒めましょう

一口だけでも食べられたらたくさん褒めましょう。

褒められることで自信がつき、食べる意欲がわいてきます。

ポイント④一度食べなくても食卓に出しましょう

食べないからといって出さなくなると、ますます食べなくなってしまいます。まずは食卓に出し、目で見て慣れるようにしましょう。