



保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和8年10月分



大和市立保育園

No. 1

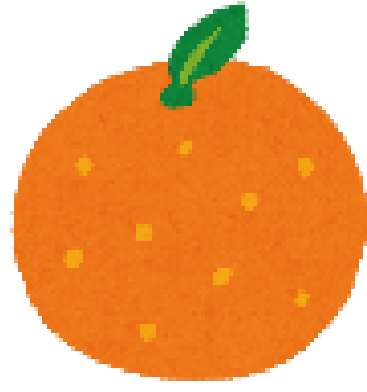
日／曜	9～11か月頃（適宜きざむ）		7～8か月頃（適宜つぶす）	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・15 ／ 木	固がゆ カレイの薄味煮刻み 三色お浸し刻み みそ汁 （さつまいも・ねぎ）	ジャムサンド刻み 又は食パン刻み 又はパンがゆ（食パン） ミルク	おかゆ カレイの薄味煮つぶし ほうれん草の煮つぶし にんじんの煮つぶし さつま芋の煮つぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
2・16 ／ 金	固がゆ マーボー豆腐 ブロッコリーとにんじんの 磯かけ刻み チンゲン菜のスープ （ベーコン（・豚ひき肉）・チンゲン菜・玉ねぎ） （緑野・福田のみホールコン入り）	スナツ麩刻み 又は乳児用菓子 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 にんじんの煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし 玉ねぎの煮つぶし チンゲン菜のスープ（汁のみ） 	ミルク
3・17 ／ 土	和風ツナスパゲッティー刻み サラダ（マヨネーズ）刻み （緑野・福田のみホールコン入り）	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉ねぎの煮つぶし にんじんの煮つぶし トマトのゆでつぶし	ミルク
5・19 ／ 月	固がゆ ビビンバ刻み かぼちゃのオープン焼き刻み すまし汁 （わかめ・えのきたけ）	乳児用菓子 りんごスライス又は刻み 又はすりおろし ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 ほうれん草の煮つぶし にんじんの煮つぶし かぼちゃの煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
6・20 ／ 火	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 キャベツスープ （ベーコン・（豚ひき肉） ・キャベツ・玉ねぎ） 	手作りふりかけごはん （固がゆ）又はおじや ミルク	パンがゆ（食パン） 豆腐の薄味煮つぶし 玉ねぎの煮つぶし 赤ピーマンの煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし キャベツの煮つぶし キャベツスープ（汁のみ）	ミルク
7・21 ／ 水	固がゆ チキンカツ刻み ごま和え刻み みそ汁 （玉ねぎ・しめじ）	ふかし芋 又はさつま芋の甘煮 （刻み又はつぶし） ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし にんじんの煮つぶし 玉ねぎの煮つぶし みそ汁（汁のみ）	ミルク
8・22 ／ 木	固がゆ さばのみそ煮刻み 又はカレイの薄味煮刻み きんぴらごぼうのやわらか煮刻み すまし汁 （小松菜・麩）	小倉ケーキ刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ カレイの薄味煮つぶし にんじんの煮つぶし 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
9・23 ／ 金	固がゆ クリームシチュー刻み 切干大根とツナサラダ刻み （ホールコン入り）	肉とわかめのうどん やわらか煮刻み（具刻み） ミルク	おかゆ じゃが芋と玉ねぎのミルク煮つぶし にんじんの煮つぶし キャベツの煮つぶし トマトのゆでつぶし 	ミルク

保育園離乳食予定献立表（0歳児）

令和8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 ／ 土	固がゆ 肉野菜炒め刻み みそ汁 （じゃが芋・ねぎ） 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 キャベツとにんじんのミルク煮つぶし じゃが芋の煮つぶし みそ汁（汁のみ） みかんつぶし 又は果汁	ミルク
⑫・26 ／ 月	固がゆ 豚肉と野菜のみそ炒め具刻み たたききゅうり刻み すまし汁 （ほうれん草・しめじ）	お米クッキー 又は乳児用菓子 りんごスライス 又は刻み 又はすりおろし ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉ねぎの煮つぶし にんじんの煮つぶし ほうれん草の煮つぶし すまし汁（汁のみ）	ミルク
13・27 ／ 火	固がゆ 鶏肉のさっぱり煮刻み 納豆和え刻み みそ汁 （豆腐・油揚げ・ねぎ）	さつまいものフライ刻み 又はさつまいもの煮つぶし ミルク	おかゆ 納豆のゆでつぶし ほうれん草の煮つぶし にんじんの煮つぶし 豆腐の薄味煮つぶし みそ汁（汁のみ） 	ミルク
14・28 ／ 水	食パン又はパンがゆ（食パン） マカロニグラタン刻み （ホールコーン入り） フレンチサラダ刻み	ケチャップライス （具刻み・固がゆ） 又はおじや ミルク	パンがゆ（食パン） 玉ねぎのミルク煮つぶし にんじんの煮つぶし キャベツの煮つぶし トマトのゆでつぶし	ミルク
29 ／ 木	固がゆ まぐろのかんろ煮刻み ナムル刻み みそ汁 （わかめ・麩）	乳児用菓子 ミルク	おかゆ ほうれん草の煮つぶし にんじんの煮つぶし 麩のクタクタ煮 みそ汁（汁のみ） 	ミルク
30 ／ 金	固がゆ じゃがいものそばろ煮刻み ひじきのふりかけ みそ汁（大根・ねぎ） みかん刻み又はつぶし 又は果汁	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 じゃが芋と玉ねぎのミルク煮つぶし にんじんの煮つぶし ひじきの煮つぶし・大根の煮つぶし みそ汁（汁のみ） みかんつぶし 又は果汁	ミルク
31 ／ 土	焼きそば刻み トマトサラダ刻み （緑野・福田のみホールコーン入り）	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 にんじんの煮つぶし トマトのゆでつぶし	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。

食事量が増えない時は、食べない理由を探ってみましょう

1.生活リズムはととのっていますか？

平日と休日で食事時間が大きくずれてしまうことのないように、朝決まった時間に起こすことから始めてみましょう。

2.からだを動かして遊んでいますか？

ベビーカーやテレビの時間が多いうであれば、食事前に自由からだを動かす時間を作りましょう。寝つきも良くなります。

3.体調を崩してはいませんか？

鼻が詰まっていると、口を開じることができず、喉に痛みがあると、飲み込みにくさを感じます。食事前に鼻水を吸ってあげたり、長引く場合には病院を受診しましょう。

食事量には個人差があります。お腹が空いていても、気分がのらない時（眠い、遊びたい等）もあります。そんな時は無理に続けずに切り上げましょう。

