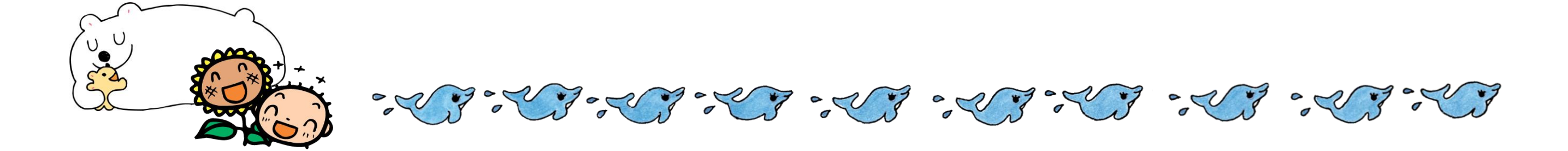


令和8年8月分の離乳食献立表

茨木市立保育所										
日	月齢	1. 15 (土)	3 (月)	4. 18 (火)	5 (水)	6. 20 (木)	7. 21 (金)	8. 22 (土)	10. 24 (月)	
昼食	5. 6か月 初期	つぶしおじや ★ キャベツ ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 じゃがいもと人参の煮つぶし ▲ じゃがいも ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 魚のすり流しあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ 昆布素干 水 ★ たまねぎ	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 かぼちゃとたまねぎの煮つぶし ★ 西洋かぼちゃ ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 玉葱と人参の煮つぶし ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 わかめと麩の柔らか煮 ★ わかめ ★ 昆布素干 水 ▲ ふ	つぶしおじや ★ にんじん ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 キャベツと人参の煮つぶし ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	
		おじや ● 豚もも肉 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん 1日★きざみメロン	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 じゃがいもと人参の柔らか煮 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 ★ にんじん 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 春雨と人参の柔らか煮 ▲ はるさめ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ささ身とトマトの柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ トマト ★ 昆布素干 水 かぼちゃとたまねぎの柔らか煮 ★ 西洋かぼちゃ ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身とキャベツの柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ キャベツ ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉ねぎの柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ ふ	おじや(豚) ● 豚もも肉 ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん ★ きざみすいか	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉となすの柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ なす ★ 昆布素干 水 キャベツと人参の柔らか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	
		9-11か月 後期	おじや ● 豚もも肉 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん 1日★きざみメロン	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 じゃがいもと人参の柔らか煮 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 ★ にんじん 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 春雨と人参の柔らか煮 ▲ はるさめ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ささ身とトマトの柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ トマト ★ 昆布素干 水 かぼちゃとたまねぎの柔らか煮 ★ 西洋かぼちゃ ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身とキャベツの柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ キャベツ ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉ねぎの柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ ふ	おじや(豚) ● 豚もも肉 ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん ★ きざみすいか	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉となすの柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ なす ★ 昆布素干 水 キャベツと人参の柔らか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水
	12-18か月 完了期	軟飯(おじや) 1日★きざみメロン	軟飯 鶏ささ身と玉葱の柔らか煮 じゃがいもと人参の柔らか煮	軟飯 魚の煮ほぐしあんとじ 春雨と人参の柔らか煮	軟飯 ささ身とトマトの柔らか煮 かぼちゃとたまねぎの柔らか煮	軟飯 鶏ささ身とキャベツの柔らか煮 玉葱と人参の柔らか煮	軟飯 豚肉と玉ねぎの柔らか煮 わかめと麩の柔らか煮	軟飯(おじや) ★ きざみすいか	軟飯 豚肉となすの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮	
	3 時のおやつ	5. 6か月 初期	●ミルク	●ミルク	●ミルク	●ミルク	●ミルク	●ミルク	●ミルク	●ミルク
		7. 8か月 中期	●ミルク	★きざみすいか	★きざみトマト	じゃがいもの ミルクマッシュ	さつまいもの ミルクマッシュ	じゃがいもの ミルクマッシュ	●ミルク	じゃがいもの ミルクマッシュ
		9-11か月 後期	● ミルク ▲かぼちゃ&にんじん リング	★ きざみすいか ▲小魚せんべい リング	★ きざみトマト ▲チーズスティック	じゃがいものミルクマッシュ ▲ほうれん草と 小松菜せんべい	さつまいものミルクマッシュ ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい	じゃがいものミルクマッシュ ▲かぼちゃ&にんじん リング	▲ほうれん草と 小松菜せんべい	じゃがいものミルクマッシュ ▲小魚せんべい
		12-18か月 完了期	● ミルク ▲かぼちゃ&にんじん リング	★ きざみすいか ▲小魚せんべい リング	★ きざみトマト ▲チーズスティック	じゃがいものミルクマッシュ ▲ほうれん草と 小松菜せんべい	さつまいものミルクマッシュ ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい	じゃがいものミルクマッシュ ▲かぼちゃ&にんじん リング	▲ほうれん草と 小松菜せんべい	じゃがいものミルクマッシュ ▲小魚せんべい



日	月齢	12 (水) 31 (月)	13. 27 (木)	14. 28 (金)	17 (月)	19 (水)	25 (火)	26 (水)	29 (土)
昼食	5. 6か月 初期	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 玉葱と人参の煮つぶし ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 ブロッコリーと人参の煮つぶし ★ ブロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 キャベツと玉葱の煮つぶし ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 玉葱と人参の煮つぶし ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 小松菜と玉葱の煮つぶし ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 キャベツと人参の煮つぶし ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 キャベツと玉葱の煮つぶし ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	つぶしおじや ★ キャベツ ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米
	7. 8か月 中期	おかゆ ▲ 精白米 水 ささみとかぼちゃの柔らか煮 ★ 西洋かぼちゃ ● 鶏ささ身(若鶏) ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 牛肉となすのやわらか煮 ● 牛もも肉 ★ なす ★ 昆布素干 水 ブロッコリーと人参の柔らか煮 ★ ブロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと人参の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ にんじん ★ 昆布素干 水 キャベツと玉葱の柔らか煮 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナとじゃがいものやわらか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ▲ じゃがいも 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 麩と人参の柔らか煮 ★ にんじん ▲ ふ ★ 昆布素干 水 小松菜と玉葱の柔らか煮 ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとし ● メルルーサ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ 水 キャベツと人参の柔らか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豆腐と人参の柔らか煮 ● 豆腐(木綿) ★ にんじん ★ 昆布素干 水 キャベツと玉葱の柔らか煮 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おじや(豚) キャベツ ● 豚もも肉 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん ★ きざみすいか
	9-11か月 後期	おかゆ ▲ 精白米 水 ささみとかぼちゃの柔らか煮 ★ 西洋かぼちゃ ● 鶏ささ身(若鶏) ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 牛肉となすのやわらか煮 ● 牛もも肉 ★ なす ★ 昆布素干 水 ブロッコリーと人参の柔らか煮 ★ ブロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと人参の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ にんじん ★ 昆布素干 ▲ じゃがいも 水 キャベツと玉葱の柔らか煮 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナとじゃがいものやわらか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ▲ じゃがいも 水 玉葱と人参の柔らか煮 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 麩と人参の柔らか煮 ★ にんじん ▲ ふ ★ 昆布素干 水 小松菜と玉葱の柔らか煮 ★ こまつな ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとし ● メルルーサ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ 水 キャベツと人参の柔らか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豆腐と人参の柔らか煮 ● 豆腐(木綿) ★ にんじん ★ 昆布素干 水 キャベツと玉葱の柔らか煮 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	おじや(豚) キャベツ ● 豚もも肉 ★ キャベツ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん ★ きざみすいか
	12-18か月 完了期	軟飯 ささみとかぼちゃの柔らか煮 玉葱と人参の柔らか煮	軟飯 牛肉となすのやわらか煮 ブロッコリーと人参の柔らか煮	軟飯 ツナと人参の柔らか煮 キャベツと玉葱の柔らか煮	軟飯 ツナとじゃがいものやわらか煮 玉葱と人参の柔らか煮	軟飯 麩と人参の柔らか煮 小松菜と玉葱の柔らか煮	軟飯 魚の煮ほぐしあんとし キャベツと人参の柔らか煮	つぶしがゆ 豆腐と人参の柔らか煮 キャベツと玉葱の柔らか煮	軟飯(おじや) ★ きざみすいか
	3 時のおやつ	5. 6か月 初期 ●ミルク 7. 8か月 中期 ★きざみトマト 9-11か月 後期 ★ きざみトマト ▲動物ビスケット 12-18か月 完了期 ★ きざみトマト ▲動物ビスケット	●ミルク ★きざみメロン ★ きざみメロン ▲かぼちゃ&にんじん リング ★ きざみメロン ▲かぼちゃ&にんじん リング	●ミルク さつまいもの ミルクマッシュ ● ミルク ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい さつまいものミルクマッシュ ● ミルク ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい	●ミルク じゃがいもの ミルクマッシュ ▲ほうれん草と 小松菜せんべい じゃがいものミルクマッシュ ▲ほうれん草と 小松菜せんべい	●ミルク さつまいもの ミルクマッシュ ★ きざみトマト ▲動物ビスケット ★ きざみトマト ▲動物ビスケット	●ミルク ★きざみトマト ★ きざみメロン ▲動物ビスケット ★ きざみメロン ▲動物ビスケット	●ミルク ★きざみメロン ▲チーズスティック ★ きざみメロン ▲チーズスティック	●ミルク ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい ● ミルク ▲しらすとわかめの あかちゃんおせんべい

【●印は血・肉・骨になるもの】【▲印は熱・力のもとになるもの】【★印は体の調子をととのえるもの】
※完了期は3時のおやつで、ミルク又は牛乳又はお茶を提供しています。