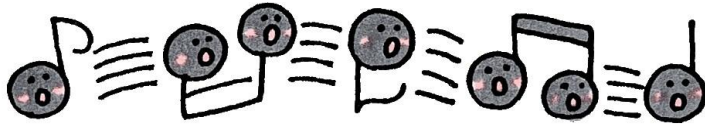


令和8年2月分の離乳食献立表

茨木市立保育所								
日	月齢	2.16（月）	3（火）	4.25（水）	5.19（木）	6.20（金）	7.21（土）	9（月）. 24（火）
昼食	5.6か月 初期	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしおじや ★ はくさい ★ 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
		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	魚のすり流しあんとし ● メルルーサ ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	里芋と人参の煮つぶし ▲ 里芋 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	ほうれん草と玉葱の煮つぶし ★ たまねぎ ★ ほうれんそう ★ 昆布素干 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	大根と人参の煮つぶし ★ だいこん(根) ★ にんじん ★ 昆布素干 水	
	7.8か月 中期	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おじや ● 豚もも肉 ★ はくさい ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	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	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	鶏ひき肉と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ひき肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	豆腐と人参の柔らか煮 ● 豆腐(木綿) ★ にんじん ★ 昆布素干 水	豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	牛肉と玉葱の柔らか煮 ● 牛もも肉 ★ たまねぎ ★ 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	ほうれん草と人参の柔らか煮 ★ ほうれんそう ★ 昆布素干 水 ★ にんじん	里芋と人参の柔らか煮 ▲ 里芋 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	ほうれん草と玉葱の柔らか煮 ★ ほうれんそう ★ たまねぎ ★ 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	大根と人参の柔らか煮 ★ だいこん(根) ★ にんじん ★ 昆布素干 水	
	9-11か月 後期	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おじや ● 豚もも肉 ★ はくさい ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	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	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	鶏ひき肉と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ひき肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	豆腐と人参の柔らか煮 ● 豆腐(木綿) ★ にんじん ★ 昆布素干 水	豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	牛肉と玉葱の柔らか煮 ● 牛もも肉 ★ たまねぎ ★ 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		ほうれん草と人参の柔らか煮 ★ ほうれんそう ★ 昆布素干 水 ★ にんじん	里芋と人参の柔らか煮 ▲ 里芋 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	ほうれん草と玉葱の柔らか煮 ★ ほうれんそう ★ たまねぎ ★ 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	大根と人参の柔らか煮 ★ だいこん(根) ★ にんじん ★ 昆布素干 水		
12-18か月 完了期	軟飯 鶏ささ身と玉葱の柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮	軟飯 魚の煮ほぐしあんとし ほうれん草と人参の柔らか煮	軟飯 鶏ひき肉と玉葱の柔らか煮 里芋と人参の柔らか煮	軟飯 豆腐と人参の柔らか煮 ほうれん草と玉葱の柔らか煮	軟飯 豚肉と玉葱の柔らか煮 ブロッコリーと人参の柔らか煮	軟飯（おじや） ★ りんごの煮つぶし	軟飯 牛肉と玉葱の柔らか煮 大根と人参の柔らか煮	
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
	7.8か月 中期	★ りんごの煮つぶし	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	★ りんごの煮つぶし	さつまいものミルクマッシュ	● ミルク	★ ほぐしみかん
	9-11か月 後期	★ りんごの煮つぶし ▲ 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 ▲ カルシウム入りベビースティック	じゃが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	★ りんごの煮つぶし ▲ かぼちゃ&にんじんリング	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	▲ ほうれん草と小松菜せんべい	★ ほぐしみかん ▲ カルシウム入りベビースティック
	12-18か月 完了期	★ りんごの煮つぶし ▲ 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 ▲ カルシウム入りベビースティック	じゃが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	★ りんごの煮つぶし ▲ かぼちゃ&にんじんリング	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	▲ ほうれん草と小松菜せんべい	★ ほぐしみかん ▲ カルシウム入りベビースティック



日	月齢	10（火）	12.26（木）	13.27（金）	14.28（土）	17（火）	18（水）
昼食	5.6か月 初期	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水	つぶしおじや ★ だいこん(根) ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	つぶしみどりがゆ ★ ほうれんそう ▲ 精白米 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水
		さつまいもと人参の煮つぶし ▲ さつまいも ★ にんじん ★ 昆布素干 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	魚のすり流しあんとし ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ 昆布素干 水 ★ たまねぎ		大根と白菜の煮つぶし ★ だいこん(根) ★ はくさい ★ 昆布素干 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
	7.8か月 中期	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おじや ● 鶏ささ身(若鶏) ★ だいこん(根) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん	みどりがゆ ★ ほうれんそう ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水
		豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	ツナと玉葱の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水	魚の煮ほぐしあんとし ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	小松菜と人参の柔らか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水	豚肉と人参の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	鶏ささ身と人参の柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ にんじん ★ 昆布素干 水
		さつまいもと人参の柔らか煮 ▲ さつまいも ★ にんじん ★ 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	小松菜と人参の柔らか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水		大根と白菜の柔らか煮 ★ だいこん(根) ★ はくさい ★ 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
	9-11か月 後期	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水	おじや ● 鶏ささ身(若鶏) ★ だいこん(根) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ にんじん	みどりがゆ ★ ほうれんそう ▲ 精白米 水	おかゆ ▲ 精白米 水
		豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	ツナと玉葱の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水	魚の煮ほぐしあんとし ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	小松菜と人参の柔らか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水	豚肉と人参の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	鶏ささ身と人参の柔らか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ にんじん ★ 昆布素干 水
		さつまいもと人参の柔らか煮 ▲ さつまいも ★ にんじん ★ 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	小松菜と人参の柔らか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水		大根と白菜の柔らか煮 ★ だいこん(根) ★ はくさい ★ 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
	12-18か月 完了期	軟飯 豚肉と玉葱の柔らか煮 さつまいもと人参の柔らか煮	軟飯 ツナと玉葱の柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮	軟飯 魚の煮ほぐしあんとし 小松菜と人参の柔らか煮	軟飯（おじや） ★ ほぐしみかん	軟飯（みどりがゆ） 豚肉と人参の柔らか煮 大根と白菜の柔らか煮	軟飯 鶏ささ身と人参の柔らか煮 キャベツと玉葱の柔らか煮
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
	7.8か月 中期	★ りんごの煮つぶし	★ きざみいちご	じゃがいものミルクマッシュ	● ミルク	さつまいものミルクマッシュ	★ きざみいちご
	9-11か月 後期	★ りんごの煮つぶし ▲ 小魚せんべい	★ きざみいちご ▲ カルシウム入りベビースティック	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	▲ かぼちゃ&にんじんリング	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	★ きざみいちご ▲ ほうれん草と小松菜せんべい
	12-18か月 完了期	★ りんごの煮つぶし ▲ 小魚せんべい	★ きざみいちご ▲ カルシウム入りベビースティック	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	▲ かぼちゃ&にんじんリング	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	★ きざみいちご ▲ ほうれん草と小松菜せんべい



[●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]
※後期・完了期は3時のおやつで、ミルク又はお茶を提供しています。