

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 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 魚のすり流しあんとじ ● メルルーサ ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 里芋と人参の煮つぶし ▲ 里芋 ★ にんじん ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 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	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 プロッコリーと人参の煮つぶし ★ プロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 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 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 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	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● メルルーサ ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ひき肉と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ひき肉 ● 豆腐(木綿) ★ 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	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 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 牛肉と玉葱の柔らか煮 ● 牛もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水
	9-11か月 後期	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	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● メルルーサ ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ひき肉と玉葱の柔らか煮 ● 鶏ひき肉 ● 豆腐(木綿) ★ 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	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 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 牛肉と玉葱の柔らか煮 ● 牛もも肉 ★ たまねぎ ★ 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じ	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 プ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 ▲ からちゃんとん	★ りんごの煮つぶし ▲ からちゃんとん	さつまいものミルクマッシュ ▲ からちゃんとん	▲ 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 ▲ からちゃんとん	★ りんごの煮つぶし ▲ からちゃんとん	さつまいものミルクマッシュ ▲ からちゃんとん	▲ 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 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	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 魚のすり流しあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ 里芋 ★ 昆布素干 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 ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 大根と白菜の煮つぶし ★ だいこん(根) ★ はくさい ★ 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
	7.8か月 中期	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	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと玉葱の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ 里芋 ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ 里芋 ★ 昆布素干 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	みどりがゆ ★ ほうれんそう ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 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	おかゆ ▲ 精白米 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
	9-11か月 後期	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	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと玉葱の柔らか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ 里芋 ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんとじ ● 赤魚 ▲ 片栗粉 ★ 里芋 ★ 昆布素干 水	おじや ● 鶏ささ身(若鶏) ● だいこん(根) ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 里芋 ★ 昆布素干 水	みどりがゆ ★ ほうれんそう ★ にんじん ★ たまねぎ ★ 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	おかゆ ▲ 精白米 水 キヤベツと玉葱の柔らか煮 ★ キヤベツ ★ 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じ キャベツと人参の柔らか煮	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	▲ からちゃんとん	さつまいものミルクマッシュ ▲ からちゃんとん	★ 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	▲ からちゃんとん	さつまいものミルクマッシュ ▲ からちゃんとん	★ 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。