

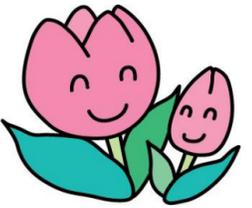
令和8年4月分の離乳食献立表

茨木市立保育所

日	月齢	1.22 (水)	2.16 (木)	3.17 (金)	4.18 (土)	6.20 (月)	7.21 (火)	8 (水) .30 (木)
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 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 魚のすり流しあんどじ ● メルルーサ ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水	つぶしおじや ★ チンゲンツアイ ★ たまねぎ ★ にんじん ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 青梗菜と玉葱の煮つぶし ★ たまねぎ ★ チンゲンツアイ ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 麩とキャベツの煮つぶし ★ キャベツ ▲ ふ ★ 昆布素干 水	つぶしがゆ ▲ 精白米 水 春雨と人参の煮つぶし ▲ はるさめ ★ にんじん ★ 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か煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 キャベツと人参の柔らかか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豆腐と玉葱の柔らかか煮 ● 豆腐(木綿) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ブロッコリーと人参の柔らかか煮 ★ ブロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんどじ ● メルルーサ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ 水 じゃがいもと人参の柔らかか煮 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 ★ にんじん 水	おじや ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ チンゲンツアイ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ ほぐし清見オレンジ 	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と人参の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 水 青梗菜と玉葱の柔らかか煮 ★ たまねぎ ★ チンゲンツアイ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身と人参の柔らかか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ にんじん ★ 昆布素干 水 麩とキャベツの柔らかか煮 ★ キャベツ ▲ ふ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 春雨と人参の柔らかか煮 ▲ はるさめ ★ 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か煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 キャベツと人参の柔らかか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豆腐と玉葱の柔らかか煮 ● 豆腐(木綿) ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ブロッコリーと人参の柔らかか煮 ★ ブロッコリー ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんどじ ● メルルーサ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 ★ たまねぎ 水 じゃがいもと人参の柔らかか煮 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 ★ にんじん 水	おじや ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ チンゲンツアイ ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 ▲ 精白米 ★ ほぐし清見オレンジ	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と人参の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ にんじん ★ 昆布素干 水 青梗菜と玉葱の柔らかか煮 ★ たまねぎ ★ チンゲンツアイ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 鶏ささ身と人参の柔らかか煮 ● 鶏ささ身(若鶏) ★ にんじん ★ 昆布素干 水 麩とキャベツの柔らかか煮 ★ キャベツ ▲ ふ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 春雨と人参の柔らかか煮 ▲ はるさめ ★ にんじん ★ 昆布素干 水
	12-18か月 完了期	軟飯 豚肉と玉葱の柔らかか煮 キャベツと人参の柔らかか煮	軟飯 豆腐と玉葱の柔らかか煮 ブロッコリーと人参の柔らかか煮	軟飯 魚の煮ほぐしあんどじ じゃがいもと人参の柔らかか煮	軟飯(おじや) ★ ほぐし清見オレンジ	軟飯 豚肉と人参の柔らかか煮 青梗菜と玉葱の柔らかか煮	軟飯 鶏ささ身と人参の柔らかか煮 麩とキャベツの柔らかか煮	軟飯 豚肉と玉葱の柔らかか煮
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	じゃがいものミルクマッシュ	★ きざみいちご	● ミルク	★ 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
	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	じゃがいものミルクマッシュ ▲ 小魚せんべい	★ きざみいちご ▲ かぼちゃ&にんじんリング	▲ 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 ▲ チーズスティック	★ きざみいちご ▲ 動物ビスケット	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	★ りんごの煮つぶし ▲ 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	★ きざみいちご ▲ かぼちゃ&にんじんリング	▲ 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 ▲ チーズスティック	★ きざみいちご ▲ 動物ビスケット	じゃがいものミルクマッシュ ▲ 小魚せんべい



日	月齢	9.23 (木)	10.24 (金)	11.25 (土)	13.27 (月)	14.28 (火)	15 (水)
昼食	5.6か月 初期	つぶしがゆ ★ ブロッコリー ▲ 精白米 水 魚のすり流しあんどじ ● かわい ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 ★ 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 小松菜と人参の煮つぶし ★ こまつな ★ 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 キャベツとコーンの煮つぶし ★ キャベツ ★ クリームコーン ★ 昆布素干 水
	7.8か月 中期	みどりがゆ ★ ブロッコリー ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんどじ ● かわい ★ たまねぎ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 水 人参とキャベツの柔らかか煮 ★ にんじん ★ キャベツ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉とじゃがいもの柔らかか煮 ● 豚もも肉 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らかか煮 ★ たまねぎ ★ 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 ★ りんごの煮つぶし 	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 小松菜と人参の柔らかか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと玉葱の柔らかか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水 キャベツと人参の柔らかか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚ひき肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚ひき肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 キャベツとコーンの柔らかか煮 ★ キャベツ ★ クリームコーン ★ 昆布素干 水
	9-11か月 後期	みどりがゆ ★ ブロッコリー ▲ 精白米 水 魚の煮ほぐしあんどじ ● かわい ★ たまねぎ ★ 昆布素干 ▲ 片栗粉 水 人参とキャベツの柔らかか煮 ★ にんじん ★ キャベツ ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉とじゃがいもの柔らかか煮 ● 豚もも肉 ▲ じゃがいも ★ 昆布素干 水 玉葱と人参の柔らかか煮 ★ たまねぎ ★ 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 ★ りんごの煮つぶし	おかゆ ▲ 精白米 水 豚肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚もも肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 小松菜と人参の柔らかか煮 ★ こまつな ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 ツナと玉葱の柔らかか煮 ● まぐろ缶 ★ 昆布素干 ★ たまねぎ 水 キャベツと人参の柔らかか煮 ★ キャベツ ★ にんじん ★ 昆布素干 水	おかゆ ▲ 精白米 水 豚ひき肉と玉葱の柔らかか煮 ● 豚ひき肉 ★ たまねぎ ★ 昆布素干 水 キャベツとコーンの柔らかか煮 ★ キャベツ ★ クリームコーン ★ 昆布素干 水
	12-18か月 完了期	軟飯(みどりがゆ) 魚の煮ほぐしあんどじ 人参とキャベツの柔らかか煮	軟飯 豚肉とじゃがいもの柔らかか煮 玉葱と人参の柔らかか煮	軟飯(おじや) ★ りんごの煮つぶし	軟飯 豚肉と玉葱の柔らかか煮 小松菜と人参の柔らかか煮	軟飯 ツナと玉葱の柔らかか煮 キャベツと人参の柔らかか煮	軟飯 豚ひき肉と玉葱の柔らかか煮 キャベツとコーンの柔らかか煮
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	じゃがいものミルクマッシュ	★ きざみいちご	● ミルク	★ きざみいちご	★ りんごの煮つぶし	★ きざみいちご
	9-11か月 後期	じゃがいものミルクマッシュ ▲ かぼちゃ&にんじんリング	★ きざみいちご ▲ ほうれん草と小松菜せんべい	▲ しらすとわかめのあかちゃんおせんべい	★ きざみいちご ▲ チーズスティック	★ りんごの煮つぶし ▲ かぼちゃ&にんじんリング	★ 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	じゃがいものミルクマッシュ ▲ かぼちゃ&にんじんリング	★ きざみいちご ▲ ほうれん草と小松菜せんべい	▲ しらすとわかめのあかちゃんおせんべい	★ きざみいちご ▲ チーズスティック	★ りんごの煮つぶし ▲ かぼちゃ&にんじんリング	★ 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・力のものになるもの】【★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。