

2026年度7月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5～6ヶ月頃)	中期(7～8ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01水	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の野菜あんかけ 温野菜 ほうれん草の味噌汁 マカロニのトマト煮	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 温野菜 ほうれん草の味噌汁 マカロニのトマト煮 茹でキャベツ 隠元のスープ	ごはん チンジャオロース ベイクドポテト かき玉汁 マカロニのトマト煮 牛乳	バナナ
02木	つぶし粥 メルルーサのペースト きゅうりのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 メルルーサの煮付け 切干大根のサラダ お麩の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 メルルーサの煮付け 切干大根のサラダ お麩の味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	ごはん 鰯のごま照り焼き 切干大根とかにかまのサラダ お麩とねぎの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	おかかご飯
03金	パン粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉の照り煮 人参サラダ 隠元のスープ わかめおじや	食パン 鶏肉の照り煮 人参サラダ 隠元のスープ わかめおにぎり 茹でかぼちゃ きのこの味噌汁	ハイジパン 鶏肉のレモンソースかけ 人参サラダ 隠元とベーコンのスープ わかめおにぎり 牛乳	粉吹き芋
04土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏ささみと玉ねぎの煮物 ポテトサラダ もやしの味噌汁 人参おじや	鶏丼 ポテトサラダ もやしの味噌汁 人参おじや 牛乳	豚丼 ポテトサラダ もやしの味噌汁 人参おじや 牛乳	
06月	つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の磯辺煮 キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 にゅうめん バナナ 茹でほうれん草	ごはん 鰯のかば焼き キャベツの和え物 豆腐となめこの味噌汁 にゅうめん 牛乳	ひじきご飯
07火	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 もやしときゅうりのサラダ オクラのスープ りんごパン粥	ハヤシライス風 もやしときゅうりのサラダ オクラのスープ 手作りりんごジャムサンド 星型人参 オニオンスープ	キーマカレー カラフルパブリカの塩昆布和え トマトのスープ 手作りりんごジャムサンド 牛乳	青のりご飯
08水	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮	軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 お麩の煮物 きゅうりスティック	ごはん 鶏肉の梅肉焼き 冬瓜の煮物 小松菜の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	おかかご飯
09木	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー豆腐 春雨サラダ キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 マーボー豆腐 春雨サラダ キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹でブロッコリー しめじの味噌汁	ごはん マーボーなす きゅうりの中華風サラダ 油揚げと玉ねぎの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	バナナ
10金	パン粥 豆腐のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト すまし汁	パン粥 ラタトゥイユ風 豆腐とブロッコリーのサラダ 春雨スープ 青のりおじや	食パン ラタトゥイユ風 豆腐とブロッコリーのサラダ 春雨スープ 青のりおにぎり なすの煮浸し えのきの味噌汁	食パン ラタトゥイユ おからサラダ 春雨スープ 青のりおにぎり 牛乳	塩昆布ご飯
11土	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト すまし汁	チキンライス風おじや キャベツのサラダ さつま芋のスープ かぼちゃおじや	チキンライス風 キャベツのサラダ さつま芋のスープ かぼちゃおじや バナナ かぼちゃおじや 牛乳	チキンライス シーザーサラダ かぼちゃのスープ バナナ かぼちゃおじや 牛乳	
13月	つぶし粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜のトロトロ煮 きゅうりとわかめの和え物 冬瓜の味噌汁 さつま芋のミルク煮	鶏肉と野菜のあんかけ丼 きゅうりとわかめの和え物 冬瓜の味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でキャベツ	親子丼 きゅうりとわかめの酢の物 冬瓜の味噌汁 オレンジ さつま芋のミルク煮 牛乳	おかかご飯
14火	うどん粥 お麩のペースト キャベツのペースト 大根のペースト すまし汁	煮込みうどん 大根のサラダ お麩の煮物 ひじきおじや	煮込みうどん 大根のサラダ お麩の煮物 ひじき軟飯 高野豆腐の煮物 もやしの味噌汁	ソース焼きうどん わかめのスープ フルーツヨーグルト ひじき軟飯 牛乳	粉吹き芋
15水	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ もやしときゅうりのサラダ かぼちゃの味噌汁 マッシュポテト	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ もやしときゅうりのサラダ かぼちゃの味噌汁 じゃがバター 茹で小松菜 オクラの味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の味噌炒め もやしときゅうりのサラダ 豆腐とねぎのすまし汁 じゃがバター 牛乳	青のりご飯

日付	初期(5～6ヶ月頃)	中期(7～8ヶ月頃)	後期(9～11ヶ月頃)	完了期(12～18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16木	つぶし粥 メルルーサのペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 メルルーサの煮付け キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 メルルーサの煮付け キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 茹で大根 豆腐の味噌汁	ごはん メルルーサの煮付け キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
17金	つぶし粥 お麩のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の磯辺煮 きゅうりと人参の和え物 なすの味噌汁 さつま芋パン粥	軟飯 鶏肉の磯辺煮 きゅうりと人参の和え物 なすの味噌汁 チーズトースト さつま芋スティック 春雨スープ	ごはん 鶏肉の磯辺焼き きゅうりの土佐和え なすと油揚げの味噌汁 チーズトースト 牛乳	和風ツナご飯
18土	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや 粉吹き芋 隠元と玉ねぎの味噌汁 ひじきおじや	鶏そぼろ丼 チャーマンポテト 隠元と玉ねぎの味噌汁 ひじきおじや	豚コーン丼 ジャーマンポテト 隠元と玉ねぎの味噌汁 ひじきおじや 牛乳	
21火	うどん粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	煮込みうどん オクラと人参の和え物 高野豆腐の煮物 混ぜおじや	煮込みうどん オクラと人参の和え物 高野豆腐の煮物 混ぜ軟飯 きゅうりスティック ほうれん草の味噌汁	冷しわかめうどん オクラと人参の胡麻和え バナナ 混ぜ軟飯 牛乳	青のりご飯
22水	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 鶏肉のりんごソースかけ もやしときゅうりの和え物 トマトスープ きな粉パン粥	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ もやしときゅうりの和え物 トマトスープ きな粉トースト 粉吹き芋 しめじのスープ	ごはん 油淋鶏 もやしのナムル サンラータン風スープ きな粉トースト 牛乳	おかかご飯
23木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜のトロトロ煮 きゅうりの浅漬け キャベツの味噌汁 わかめの味噌汁 マッシュスイートポテト	軟飯 鶏肉と野菜のトロトロ煮 きゅうりの浅漬け わかめの味噌汁 さつま芋バター バナナ 青梗菜のスープ	ごはん 豚肉の生姜焼き きゅうりの昆布和え なすの味噌汁 さつま芋バター 牛乳	塩昆布ご飯
24金	つぶし粥 メルルーサのペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 メルルーサの味噌煮 人参の煮物 お麩のすまし汁 人参おじや	軟飯 メルルーサの味噌煮 切干大根の煮物 お麩のすまし汁 人参おにぎり なすの煮浸し 豆腐の味噌汁	ごはん 鰯の西京焼き 切干大根の旨煮 お麩と万能ねぎのすまし汁 人参おにぎり 牛乳	バナナ
25土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 キャベツのサラダ ほうれん草のスープ さつま芋おじや	ハヤシライス風 キャベツのサラダ ほうれん草のスープ さつま芋おじや	ハヤシライス コールスローサラダ えのきのスープ さつま芋おじや 牛乳	
27月	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 源平煮 青梗菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 源平煮 青梗菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でほうれん草 わかめの味噌汁	ごはん 回鍋肉 きゅうりの甘酢和え 青梗菜のスープ じゃが芋のお焼き 牛乳	おかかご飯
28火	つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル風 かぼちゃサラダ なすの味噌汁 にゅうめん	軟飯 チャンプル風 かぼちゃサラダ なすの味噌汁 にゅうめん さつま芋スティック お麩の煮物	ごはん ゴーヤチャンプル(カレー味) かぼちゃサラダ 油揚げと玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	バナナ
29水	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト キャベツのペースト すまし汁	ピラフ風おじや 鶏肉のトマト煮 春雨サラダ キャベツのスープ スイートパンプキン(あんかけ)	ピラフ風 鶏肉のトマト煮 春雨サラダ キャベツのスープ スイートパンプキン メロン 隠元のスープ	エビピラフ 鶏肉のバーベキューソース トマトサラダ キャベツとコーンのスープ スイートパンプキン 牛乳	塩昆布ご飯
30木	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のみぞれかけ オクラと豆腐のサラダ もやしの味噌汁 ビザ風パン粥	軟飯 鰯のみぞれかけ オクラと豆腐のサラダ もやしの味噌汁 ビザトースト風 茹で小松菜 コーンクリームスープ	ごはん 鰯の塩焼き オクラと豆腐の胡麻サラダ もやしの味噌汁 ビザトースト風 牛乳	青のりご飯
31金	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 人参ときゅうりのサラダ 大根の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鶏肉の照り煮 キュービックスサラダ 大根の味噌汁 野菜雑炊 じゃが芋スティック 豆腐の味噌汁	ごはん 鶏肉の照り焼き キュービックスサラダ 大根の味噌汁 野菜雑炊 牛乳	粉吹き芋