

2026年度10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木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ さつま芋のミルク煮	軟飯 マーボー豆腐 もやしときゅうりの和え物 キャベツのスープ さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	ごはん マーボー豆腐 もやしときゅうりのナムル 卵のスープ さつま芋のミルク煮 牛乳	粉吹き芋
02金	つぶし粥 高野豆腐のペースト 白菜のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のみぞれかけ 白菜の和え物 お麩の味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食)	軟飯 鶏肉のみぞれかけ 白菜の和え物 お麩の味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食) なすの煮浸し 豆腐の味噌汁	ごはん 豚肉のカレー風味焼き 白菜のゆず和え きのこの味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食) 牛乳	青のりご飯
03土	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	ピラフ風おじや キャベツのサラダ 青梗菜のスープ じゃが芋と人参のおじや	ピラフ風 キャベツのサラダ 青梗菜のスープ じゃが芋と人参のおじや	ペーコンピラフ コールスローサラダ 青梗菜のスープ バナナ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
05月	うどん粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト すまし汁	煮込みうどん 高野豆腐の煮物 茹でかぼちゃ 青のりおじや	煮込みうどん 高野豆腐の煮物 茹でかぼちゃ 青のりおにぎり さつま芋スティック きのこの味噌汁	五目うどん かぼちゃのオープン焼き オレンジ 青のりおにぎり 牛乳	和風ツナご飯
06火	つぶし粥 メルルーサのペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト すまし汁	全粥 メルルーサの味噌煮 白菜と小松菜の浅漬け 豆腐のすまし汁 りんごパン粥	軟飯 メルルーサの味噌煮 白菜と小松菜の浅漬け 豆腐のすまし汁 手作りりんごジャムサンド 茹でかぼちゃ 春雨スープ	ごはん 鯖の味噌煮 白菜と小松菜の浅漬け 豆腐のすまし汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	バナナ
07水	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の野菜あんかけ 源平煮 なすの味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 源平煮 なすの味噌汁 じゃが芋のお焼き きゅうりスティック 小松菜の味噌汁	ごはん 鶏肉の幽庵焼き ひじきとえのきのサラダ なすの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
08木	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉豆腐 茹でさつま芋 切干大根の味噌汁 にゅうめん	軟飯 肉豆腐 茹でさつま芋 切干大根の味噌汁 にゅうめん バナナ 茹でキャベツ	ごはん 鰯の黄金焼き 大学芋 切干大根の味噌汁 にゅうめん 牛乳	塩昆布ご飯
09金	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 キャベツの磯サラダ 春雨スープ きな粉パン粥	ハヤシライス風 キャベツの磯サラダ 春雨スープ きな粉トースト 茹でブロッコリー わかめのスープ	ハヤシライス キャベツの磯マヨサラダ 春雨スープ きな粉トースト 牛乳	おかかご飯
10土	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト すまし汁	チャーハン風おじや 大根のサラダ 白菜のスープ ひじきおじや	チャーハン風 大根のサラダ 白菜のスープ ひじきおじや	チャーハン 大根とかにかまのサラダ 白菜のスープ オレンジ ひじきおじや 牛乳	
13火	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ うの花炒り煮風 小松菜の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ うの花炒り煮風 小松菜の味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ きゅうりスティック	ごはん 鶏肉の中華蒸し うの花炒り煮 小松菜の味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	塩昆布ご飯
14水	つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト 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 ビザ風パン粥	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 ビザトースト風 粉吹き芋 しめじのスープ	ごはん 豚肉の梅肉焼き もやしときゅうりのサラダ かぼちゃの味噌汁 ビザトースト風 牛乳	青のりご飯
15木	つぶし粥 メルルーサのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 メルルーサの味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 野菜雑炊	軟飯 メルルーサの味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 野菜雑炊 茹でかぼちゃ もやしの味噌汁	ごはん メルルーサの西京焼き きんぴらごぼう かき玉汁 野菜雑炊 牛乳	塩昆布ご飯
16金	つぶし粥 豆腐のペースト 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 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのサラダ 切干大根の味噌汁 マッシュポテト	軟飯 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのサラダ 切干大根の味噌汁 じゃがバター なすの煮浸し お麩の味噌汁	ごはん ちくわの磯辺揚げ きゅうりの中華風サラダ 油揚げとねぎの味噌汁 じゃがバター 牛乳	おかかご飯

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)
17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 すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 人参ときゅうりのサラダ もやしのスープ かぼちゃおじや	ハヤシライス風 キュービックサラダ もやしのスープ かぼちゃおじや	カレーライス キュービックサラダ もやしのスープ かぼちゃおじや 牛乳	
19月	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツのサラダ 青梗菜のスープ さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉のホワイトソースかけ キャベツのサラダ 青梗菜のスープ さつま芋のお焼き 高野豆腐の煮物 えのきの味噌汁	ごはん 鶏肉のコーンクリームかけ キャベツとツナのサラダ 青梗菜のスープ さつま芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
20火	つぶし粥 鰯のペースト 小松菜のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 小松菜の和え物 わかめの味噌汁 マカロニのトマト煮	軟飯 鰯の煮付け 小松菜の和え物 わかめの味噌汁 マカロニのトマト煮 茹でブロッコリー しめじのスープ	ごはん 鰯の塩焼き 小松菜の納豆和え わかめの味噌汁 バナナ マカロニのトマト煮 牛乳	ひじきご飯
21水	つぶし粥 高野豆腐のペースト 白菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 高野豆腐と野菜のトマト煮 もやしときゅうりの和え物 白菜の味噌汁 青のりパン粥	軟飯 高野豆腐と野菜のトマト煮 もやしときゅうりの和え物 白菜の味噌汁 青のりトースト じゃが芋スティック オニオンスープ	ごはん 高野豆腐の酢豚風 もやしときゅうりの塩昆布和え 白菜の味噌汁 青のりトースト 牛乳	バナナ
22木	つぶし粥 お麩のペースト きゅうりのペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ きゅうりと人参のサラダ 大根の味噌汁 かぼちゃのミルク煮	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ きゅうりと人参のサラダ 大根の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹でほうれん草	ごはん 油淋鶏 ごぼうのサラダ 大根の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	おかかご飯
23金	うどん粥 お麩のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	味噌煮込みうどん きゅうりとわかめの和え物 お麩の煮物 さつま芋おじや	味噌煮込みうどん きゅうりとわかめの和え物 お麩の煮物 さつま芋軟飯 なすの煮浸し 小松菜の味噌汁	ジャージャーうどん きゅうりとわかめの酢の物の えのきのスープ さつま芋軟飯 牛乳	粉吹き芋
24土	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや マカロニサラダ じゃが芋の味噌汁 ひじきおじや	鶏そぼろ丼 マカロニサラダ じゃが芋の味噌汁 ひじきおじや	鶏丼 パスタサラダ じゃが芋の味噌汁 ひじきおじや 牛乳	
26月	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の野菜あんかけ 白菜のしらす和え お麩の味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食)	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 白菜のしらす和え お麩の味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食) 茹でブロッコリー 豆腐の味噌汁	ごはん 豚肉の生姜焼き 白菜のじゃこドレッシング和え お麩とねぎの味噌汁 やさしいかぼちゃ粥(非常食) 牛乳	おかかご飯
27火	パン粥 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 豆腐のそぼろあんかけ 春雨サラダ わかめのスープ 人参おじや	食パン 豆腐のそぼろあんかけ 春雨サラダ わかめのスープ 人参おにぎり 茹でキャベツ しめじの味噌汁	食パン 豆腐ハンバーグ 春雨サラダ わかめのスープ 人参おにぎり 牛乳	バナナ
28水	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	ひじきおじや 鶏肉のりんごソースかけ キャベツのサラダ さつま汁 マッシュポテト	ひじき軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツのサラダ さつま汁 じゃがバター バナナ ほうれん草の味噌汁	舞茸ご飯 鶏肉の竜田揚げ みかんサラダ さつま汁 じゃがバター 牛乳	青のりご飯
29木	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 味噌汁の上澄み	全粥 メルルーサのもみじかけ もやしときゅうりの和え物 豆腐の味噌汁 きな粉パン粥	軟飯 メルルーサのもみじかけ もやしときゅうりの和え物 豆腐の味噌汁 きな粉トースト さつま芋スティック えのきのスープ	ごはん 鯖の照り焼き もやしときゅうりの和え物 豆腐となめこの味噌汁 きな粉トースト 牛乳	粉吹き芋
30金	つぶし粥 お麩のペースト さつま芋のペースト きゅうりのペースト すまし汁	ケチャップライス風おじや 鶏肉のホワイトソースかけ スイートポテトサラダ オニオンスープ スイートパンパンキン(あんかけ)	ケチャップライス風 鶏肉のホワイトソースかけ スイートポテトサラダ オニオンスープ スイートパンパンキン すりおろし煮りんご 春雨スープ	ケチャップライス タンドリーチキン スイートポテトサラダ オニオンスープ スイートパンパンキン 牛乳	塩昆布ご飯
31土	うどん粥 お麩のペースト 大根のペースト キャベツのペースト すまし汁	煮込みうどん キャベツの和え物 お麩の煮物 さつま芋おじや	煮込みうどん キャベツの和え物 お麩の煮物 さつま芋おじや	けんちんうどん キャベツの胡麻ネーズ和え バナナ さつま芋おじや 牛乳	

※初期食～完了食の調理で使用する粉ミルクは、「ミルフィー」を使用しています。

