

令和8年 4月 離乳食献立表（午後食）

本郷ゆうし保育園

日	曜	9～11ヶ月頃 (後期)	12～15ヶ月頃 (完了期)	16ヶ月頃～ (乳児食)
1 15	水	かたがゆ 玉ねぎのスープ 白身魚と白菜の煮物 じゃが芋の煮物	ゆかりおにぎり 玉ねぎのスープ 白身魚と野菜の煮物	新じゃがふかし
2 16	木	かたがゆ かぶのみそ汁 鶏肉とキャベツの煮物 さつまい芋の煮物	昆布おにぎり かぶのみそ汁 鶏肉と野菜の煮物	たけのこごはん
3 17	金	かたがゆ キャベツのすまし汁 ツナとブロッコリーの煮物 大根の煮物	青のりおにぎり キャベツのすまし汁 ツナと野菜の煮物	焼きそば
4 18	土	かたがゆ あさつきのみそ汁 白身魚とねぎの煮物 人参の煮物	おかかおにぎり あさつきのみそ汁 白身魚と野菜の煮物	メープルデニッシュ
6 20	月	かたがゆ 白菜のスープ しらすとキャベツの煮物 さつまい芋の煮物	ワカメおにぎり 白菜のスープ しらすと野菜の煮物	お麩のラスク
7 21	火	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 白身魚と人参の煮物 じゃが芋の磯辺煮	昆布おにぎり 玉ねぎのみそ汁 白身魚と野菜の磯辺煮	ツナチーズマフィン
8 22	水	煮込みうどん（チンゲン菜） 鮭と大根の煮物 白菜の煮物	煮込みうどん（チンゲン菜） 鮭と野菜の煮物	ヨーグルトプリン
9 23	木	かたがゆ 白菜のすまし汁 ツナとさつまい芋の煮物 大根の煮物	青のりおにぎり 白菜のすまし汁 ツナと野菜の煮物	9日；サブレ 23日；こいのぼりクレープ
10 24	金	かたがゆ 青菜のすまし汁 しらすと人参の煮物 キャベツの煮物	ゆかりおにぎり 青菜のすまし汁 しらすと野菜の煮物	よもぎ蒸しパン
11 25	土	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭とねぎの煮物 白菜の煮物	おかかおにぎり 玉ねぎのみそ汁 鮭と野菜の煮物	おかかおにぎり
13 27	月	かたがゆ ねぎのすまし汁 白身魚とキャベツの煮物 さつまい芋の煮物	ワカメおにぎり ねぎのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	いちごのケーキ
14 28	火	トースト チンゲン菜のスープ ツナとあさつきの煮物 かぼちゃの煮物	トースト チンゲン菜のスープ ツナと野菜の煮物	14日；いももち 28日；ミートパイ
30	木	かたがゆ かぼちゃのみそ汁 しらすと人参の煮物 かぶの煮物	ゆかりおにぎり かぼちゃのみそ汁 しらすと野菜の煮物	焼きおにぎり
盛付け量の 目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ3 汁物 7 主菜 3	ごはん類 65g パン類 30～40g 汁めん類 120g 汁物 120g

☆完了期食では朝の水分的補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。

☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。