

令和7年 9月



離乳食献立表



こむぎ保育園

		初期	中期		後期
日	曜	お昼	お昼	午後	お昼 午後
1	月	お粥 スープ 大根ペースト かぼちゃペースト	お粥 スープ 鶏そぼろと大根のだし煮 かぼちゃのだし煮	きゅうりおじや	軟飯 味噌汁 鶏そぼろと大根の煮物 かぼちゃの煮物
2	火	お粥 スープ 人参ペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と人参のだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 スープ 高野豆腐と人参の煮物 スティックじゃが芋
3	水	お粥 スープ キャベツペースト 大根ペースト	お粥 スープ 鶏ささみとキャベツのだし煮 大根のだし煮	小松菜おじや	軟飯 味噌汁 鶏ささみとキャベツの青のり煮 スティック大根
4	木	お粥 スープ 豆腐ペースト ブロッコリーペースト	お粥 スープ 豆腐と玉ねぎのだし煮 ブロッコリーのだし煮	人参おじや	軟飯 スープ 豆腐と玉ねぎのケチャップ煮 ブロッコリーの煮物
5	金	お粥 スープ かれいペースト なすペースト	お粥 スープ かれいと白菜のだし煮 なすのだし煮	さつま芋おじや	軟飯 スープ かれいと白菜の味噌煮 なすの煮物
6	土	お粥 スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏ささみと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	きゅうりおじや	軟飯 スープ 鶏ささみと玉ねぎの煮物 スティック人参
8	月	お粥 スープ キャベツペースト さつま芋ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろとキャベツのだし煮 さつま芋のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 鶏そぼろとキャベツの煮物 スティックさつま芋
9	火	お粥 スープ かれいペースト きゅうりペースト	お粥 スープ かれいと白菜のだし煮 きゅうりのだし煮	かぼちゃおじや	軟飯 スープ かれいと白菜の味噌煮 スティックきゅうり
10	水	お粥 スープ 小松菜ペースト 大根ペースト	お粥 スープ しらすと小松菜のだし煮 大根のだし煮	キャベツおじや	軟飯 味噌汁 しらすと小松菜の煮物 スティック大根
11	木	お粥 スープ 豆腐ペースト 人参ペースト	野菜パン粥 スープ 豆腐と白菜のだし煮 人参のだし煮	玉ねぎおじや	野菜パン スープ 豆腐と白菜のケチャップ煮 スティック人参
12	金	お粥 スープ 大根ペースト かぼちゃペースト	お粥 スープ 鶏ささみと大根のだし煮 かぼちゃのだし煮	人参おじや	軟飯 スープ 鶏ささみと大根の煮物 かぼちゃの煮物
13	土	お粥 スープ キャベツペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐とキャベツのだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 スープ 高野豆腐とキャベツの煮物 スティックじゃが芋
16	火	お粥 スープ かぼちゃペースト 大根ペースト	お粥 スープ お麩とかぼちゃのだし煮 大根のだし煮	キャベツおじや	軟飯 味噌汁 お麩とかぼちゃの煮物 スティック大根
					軟飯 たらとキャベツの煮物

令和7年 9月



離乳食献立表



こむぎ保育園

		初期	中期		後期
日	曜	お昼	お昼	午後	お昼 午後
17	水	お粥 スープ 白菜ペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏ささみと白菜のだし煮 人参のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 スープ 鶏ささみと白菜の煮物 スティック人参
18	木	お粥 スープ 豆腐ペースト ほうれん草ペースト	お粥 スープ 豆腐とキャベツのだし煮 ほうれん草のだし煮	なすおじや	軟飯 味噌汁 豆腐とキャベツの煮物 ほうれん草の煮物
19	金	お粥 スープ かれいペースト 小松菜ペースト	お粥 スープ かれいとじゃが芋のだし煮 小松菜のだし煮	人参おじや	軟飯 スープ かれいとじゃが芋の煮物 小松菜の煮物
20	土	お粥 スープ 大根ペースト じゃが芋ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろと大根のだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや	軟飯 味噌汁 鶏そぼろと大根の煮物 スティックじゃが芋
22	月	お粥 スープ 白菜ペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鮭と白菜のだし煮 人参のだし煮	きな粉おじや	軟飯 味噌汁 鮭と白菜の煮物 スティック人参
24	水	お粥 スープ ほうれん草ペースト かれいペースト	お粥 スープ かれいとほうれん草のだし煮 じゃが芋のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 かれいとほうれん草の煮物 スティックじゃが芋
25	木	お粥 スープ 玉ねぎペースト 人参ペースト	お粥 スープ 鶏そぼろと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	キャベツおじや	軟飯 スープ 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 スティック人参
26	金	お粥 スープ 人参ペースト 豆腐ペースト	豆腐と野菜入りくたくたうどん じゃが芋のだし煮 かぼちゃのだし煮	きゅうりおじや	豆腐と野菜入り煮込みうどん スティックじゃが芋 かぼちゃの煮物
27	土	お粥 スープ キャベツペースト さつま芋ペースト	お粥 スープ 高野豆腐とキャベツのだし煮 さつま芋のだし煮	人参おじや	軟飯 味噌汁 高野豆腐とキャベツの煮物 スティックさつま芋
29	月	お粥 スープ 人参ペースト きゅうりペースト	お粥 スープ 鶏そぼろと人参のだし煮 きゅうりのだし煮	白菜おじや	軟飯 スープ 鶏そぼろと人参の煮物 スティックきゅうり
30	火	お粥 スープ 玉ねぎペースト 小松菜ペースト	お粥 スープ 高野豆腐と玉ねぎのだし煮 小松菜のだし煮	きゅうりおじや	軟飯 スープ 高野豆腐と玉ねぎの煮物 小松菜の煮物

初期のポイント

離乳食を開始したばかりの赤ちゃんは、まだミルク以外の食べ物を飲み込むことに慣れていません。嫌がって口の中にあるものを舌で押し出そうとすることがあります。食べ物が嫌いなのではないので、赤ちゃんの機嫌の良いときを見計らって根気強く試してみましょう。

中期のポイント

月齢が大きくなったからといって、固いものや大きいものがすぐに食べられるわけではありません。急に形態を変えると赤ちゃんもびっくりしてしまいます。段階を移行するときは、ドロドロ状にみじん切りのものを混ぜるなどして徐々に変化をつけていきましょう。

後期のポイント

赤ちゃんは食べ物に対して興味津々です。手でつかんだりつぶしたりしながら、手を使って食べ物を口に運ぶことを覚え喜びます。芋や人参など形にしやすいものをスティック状などにして、手づかみ食べや前歯で噛みとる練習ができるメニューを用意してあげましょう。

