



離乳食こんだて

バンビ保育園

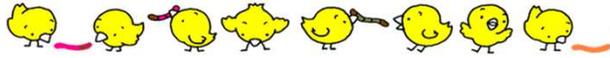


令和8年(2026年)

★厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、進めます。★献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
★離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます【NO1】 (作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
月令	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
固さ			 例:白身魚	
1 水	<p style="text-align: center;">入園式</p>		慣らし保育期間の為2回食はありません	
2 木	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜の煮物 トマトスープ ネーブル <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロccoli 人参 じゃが芋 玉ねぎ トマト缶 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜の煮物 トマトスープ ネーブル	慣らし保育期間の為2回食はありません	
3 金	全がゆ(べたべた) 魚と人参の煮物 くたくたそうめん汁 バナナ <small>(主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 人参 ほうれん草 そうめん あおさ パナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と人参の煮物 そうめん汁 バナナ	慣らし保育期間の為2回食はありません	
4 土	全がゆ(べたべた) 野菜くたくた煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル <small>(主な材料) 米 じゃが芋 人参 チンゲン菜 ゆし豆腐 あおさ ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜くたくた煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	慣らし保育期間の為2回食はありません	
6 月	みどりがゆ(べたべた) ツナポテト 大根スープ(みそ風味) <small>(主な材料) 米 ほうれん草 じゃが芋 人参 ツナ缶 大根 あおさ</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト 大根のみそ汁	根菜おじや 米 玉ねぎ 人参 じゃが芋 ツナ缶	
7 火	全がゆ(べたべた) ツナじゃが(トマト風味) くたくたそうめん汁 バナナ <small>(主な材料) 米 ツナ缶 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマトソース そうめん あおさ パナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが(トマト風味) そうめん汁 バナナ	ツナおじや 米 人参 ツナ缶 キャベツ	
8 水	全がゆ(べたべた) 野菜のツナ煮 あおさ汁 ネーブル <small>(主な材料) 米 人参 ブロccoli ツナ缶 絹ごし豆腐 あおさ ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のツナ煮 あおさ汁 ネーブル	魚おじや 米 白身魚 じゃが芋 青のり	
9 木	菜がゆ(べたべた) ささみと野菜のスープ バナナ <small>(主な材料) 米 白菜 ささみ じゃが芋 人参 ほうれん草 パナナ</small>	菜がゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のスープ バナナ	コーンリゾット風 米 ツナ缶 Cコーン缶 ブロccoli	
10 金	全がゆ(べたべた) 魚と根菜のスープ煮 くたくたそうめん汁 ネーブル <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 ほうれん草 そうめん あおさ ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と根菜のスープ煮 そうめん汁 ネーブル	ツナおじや 米 人参 ツナ缶 じゃが芋	
11 土	あおさがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のスープ ネーブル <small>(主な材料) 米 あおさ 絹ごし豆腐 人参 ブロccoli じゃが芋 玉ねぎ ネーブル</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ ネーブル	魚おじや 米 白身魚 ほうれん草 かぼちゃ	
13 月	全がゆ(べたべた) 根菜おかか煮 魚と野菜のスープ <small>(主な材料) 米 じゃが芋 人参 白身魚 レタス Cコーン缶</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜おかか煮 魚と野菜のスープ	鶏おじや	

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任へお気軽にお問合せください。



回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
月令	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
14 火	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 大根スープ(みそ風味) ネーブル (主な材料)米 豆腐 ほうれん草 人参 大根 あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 大根のみそ汁 ネーブル (主な材料)米 豆腐 ほうれん草 人参 大根 あおさ ネーブル	魚おじや 米 人参 さつま芋 白身魚	
15 水	あおさがゆ(べたべた) 鶏と根菜のスープ煮 バナナヨーグルト (主な材料)米 あおさ レタス 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 バナナ Pヨーグルト	あおさがゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のスープ煮 バナナヨーグルト	ツナおじや 米 ツナ缶 人参 ほうれん草	
16 木	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のうま煮 くたくたそうめん汁 バナナ (主な材料)米 ほうれん草 白身魚 人参 かぼちゃ そうめん あおさ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のうま煮 そうめん汁 バナナ	根菜おじや 米 人参 ささみ 玉ねぎ じゃが芋	
17 金	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ(みそ風味) バナナ (主な材料)米 白身魚 じゃが芋 人参 きゅうり バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のみそ汁 バナナ	コーンリゾット風 米 人参 ささみ Cコーン缶	
18 土	全がゆ(べたべた) ささみと野菜のトマト煮 白菜スープ ネーブル (主な材料)米 ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 白菜 Cコーン缶	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のトマト煮 白菜スープ ネーブル	ツナおじや 米 かぼちゃ ツナ缶 じゃが芋	
20 月	のりがゆ(べたべた) 鶏じゃが キャベツのスープ (主な材料)米 青のり じゃが芋 人参 玉ねぎ ささみ キャベツ Cコーン缶	のりがゆ ⇒ 軟飯 鶏じゃが キャベツのスープ	魚おじや 米 白身魚 人参 ほうれん草	
21 火	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 かぼちゃスープ(みそ風味) バナナ (主な材料)米 豆腐 ブロッコリー 人参 かぼちゃ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 かぼちゃのみそ汁 バナナ	コーンリゾット風 米 人参 白身魚 ブロッコリー Cコーン缶	
22 水	納豆がゆ(べたべた) 野菜のおかか煮 白菜スープ (主な材料)米 ひきわり納豆 人参 ブロッコリー 白菜 ほうれん草 Cコーン缶	納豆がゆ ⇒ 軟飯 野菜のおかか煮 白菜スープ	根菜おじや 米 白身魚 じゃが芋 人参	
23 木	全がゆ(べたべた) 鶏野菜のそうめんスープ ネーブル (主な材料)米 鶏肉 かぼちゃ 人参 キャベツ そうめん ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏野菜のそうめんスープ ネーブル 手づかみかぼちゃ	魚おじや 米 キャベツ 白身魚 あおさ	
24 金	のりがゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 かぼちゃスープ ネーブル (主な材料)米 青のり 白身魚 人参 かぼちゃ 玉ねぎ Cコーン ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のうま煮 かぼちゃスープ ネーブル	ツナおじや 米 じゃが芋 ツナ缶 ほうれん草	
25 土	のりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ(みそ風味) ネーブル (主な材料)米 青のり 白身魚 大根 人参 ほうれん草 ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のみそ汁 ネーブル	ツナおじや 米 ツナ缶 人参 じゃが芋	
27 月	芋がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 大根スープ(みそ風味) (主な材料)米 さつま芋 白身魚 ほうれん草 大根 人参 あおさ	芋がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 大根のみそ汁	鶏おじや 米 ささみ 人参 大根	
28 火	みどりがゆ(べたべた) 豆腐とポテトのだし煮 白菜スープ(みそ風味) ネーブル (主な材料)米 ほうれん草 絹ごし豆腐 じゃが芋 人参 白菜 あおさ ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐とポテトのだし煮 白菜のみそ汁 手づかみポテト ネーブル	アーサ入りおじや 米 白身魚 白菜 あおさ	
30 木	のりがゆ(べたべた) 魚と根菜のだし煮 ほうれん草スープ (主な材料)米 青のり 白身魚 大根 人参 ほうれん草 じゃが芋	のりがゆ ⇒ 軟飯 魚と根菜のだし煮 ほうれん草スープ	根菜おじや 米 大根 ツナ缶 人参	

