

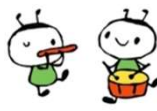


バンビ保育園



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、離乳食を進めます。★ 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【NO 1】 (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	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のやわらか煮 大根のスープ(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のやわらか煮 大根のみそ汁 ネーブル	しらすおじや	
火	(主な材料) 米 白身魚 人参 ほうれん草 大根 あおさ ネーブル		米 しらす干し さつま芋 玉ねぎ	
2	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 バナナ	鶏おじや	
水	(主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー あおさ じゃが芋 バナナ		米 玉ねぎ ささみ かぼちゃ	
3	納豆がゆ(べたべた) 根菜うま煮(みそ風味) くたくたそうめん汁	納豆がゆ ⇒ 軟飯 根菜みそ煮 そうめん汁	魚おじや	
木	(主な材料) 米 ひきわり納豆 大根 人参 そうめん ほうれん草		米 あおさ 白身魚 人参	
4	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のうま煮 あおさ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 あおさ汁 ネーブル	鶏おじや	
金	(主な材料) 米 白身魚 人参 白菜 あおさ じゃが芋 ネーブル		米 ささみ 玉ねぎ 人参	
5	みどりがゆ(べたべた) ささみと野菜のスープ ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のスープ ネーブル	ツナおじや	
土	(主な材料) 米 ほうれん草 ささみ 人参 キャベツ Cコーン缶 ネーブル			
7	芋がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ ネーブル	芋がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ ネーブル	芋入りおじや	
月	(主な材料) 米 さつま芋 ささみ 大根 人参 ほうれん草 ネーブル		米 あおさ 人参 さつま芋	
8	人参がゆ(べたべた) 白身魚とポテトのうま煮 くたくたそうめん汁	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのうま煮 そうめん汁 手づかみポテト	ツナおじや	
火	(主な材料) 米 人参 白身魚 じゃが芋 ほうれん草 そうめん あおさ		米 人参 玉ねぎ ツナ缶 ほうれん草	
9	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚と人参のスープ煮 とうがんスープ(みそ風味) ネーブル	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のスープ煮 とうがんのみそ汁 ネーブル	ツナおじや	
水	(主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 人参 とうがん あおさ ネーブル		米 人参 ツナ缶 ほうれん草	
10	人参がゆ(べたべた) 魚とほうれん草のうま煮 白菜スープ ネーブル	人参がゆ ⇒ 軟飯 魚とほうれん草のうま煮 白菜スープ ネーブル	ツナおじや	
木	(主な材料) 米 人参 レタス 白身魚 ほうれん草 白菜 あおさ		米 ツナ缶 かぼちゃ ブロッコリー	
11	全がゆ(べたべた) ツナと野菜のうま煮 あおさ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナと野菜のうま煮 あおさ汁 バナナ	魚おじや	
金	(主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ バナナ		米 人参 玉ねぎ ほうれん草 白身魚	
12	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のうま煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうま煮 ゆし豆腐(薄) ネーブル	ツナおじや	
土	(主な材料) 米 ささみ じゃが芋 人参 ゆし豆腐 ネーブル			
			米 人参 玉ねぎ ツナ缶	



【 NO 2 】 令和8年9月

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 月	菜がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 バナナ (主な材料) 米 白菜 豆腐 人参 ブロッコリー あおさ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 あおさ汁 バナナ	コーンリゾット風 米 人参 ブロッコリー Cコーン缶	
15 火	全がゆ(べたべた) 根菜おかか煮 魚と野菜のスープ (主な材料) 米 じゃが芋 人参 白身魚 白菜 Cコーン缶	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜おかか煮 魚と野菜のスープ	鶏おじや 米 青のり かぼちゃ 鶏ひき肉	
16 水	全がゆ(べたべた) ツナと野菜のだし煮 くたくたそうめん バナナ (主な材料) 米 ブロッコリー ツナ缶 そうめん 白菜 かぼちゃ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナと野菜のだし煮 くたくたそうめん バナナ	魚おじや 米 白身魚 人参 ブロッコリー	
17 木	全がゆ(べたべた) 野菜のツナ煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル (主な材料) 米 ブロッコリー 人参 ツナ缶 ゆし豆腐 あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のツナ煮 ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	鶏おじや 米 ささみ ほうれん草 じゃが芋	
18 金	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ (主な材料) 米 あおさ 白身魚 ブロッコリー 白菜 人参 じゃが芋 Cコーン缶	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 野菜スープ 手づかみポテト	鶏おじや 米 ささみ かぼちゃ ブロッコリー	
19 土	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜の煮物 あおさ汁 ネーブル (主な材料) 米 人参 玉ねぎ ほうれん草 ささみ あおさ じゃが芋 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜の煮物 あおさ汁 ネーブル 	ツナおじや 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 	
24 木	おじや 野菜のうま煮 チキン野菜スープ (主な材料) 米 ブロッコリー 人参 あおさ ささみ 白菜	おじや 野菜のうま煮 チキン野菜スープ	魚おじや 米 ブロッコリー 白身魚 人参	
25 金	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 あおさ汁 ネーブル (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ ささみ あおさ 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 あおさ汁 手づかみかぼちゃ ネーブル	鶏おじや 米 青のり ささみ 人参	
26 土	全がゆ(べたべた) 豆腐と根菜のだし煮 ブロッコリースープ (主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 人参 ブロッコリー Cコーン缶	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と根菜のだし煮 ブロッコリースープ 	魚おじや 米 白身魚 人参 玉ねぎ 	
28 月	全がゆ(べたべた) 野菜のだし煮 ポテトスープ ネーブル (主な材料) 米 白菜 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 Cコーン缶 じゃが芋 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のだし煮 ポテトスープ ネーブル	魚おじや 米 白身魚 トマト缶 人参	
29 火	くたくたうどん汁 鶏と野菜のだし煮 バナナ (主な材料) 米 茹でうどん あおさ ささみ 人参 ほうれん草 Cコーン缶 バナナ	うどん汁 鶏と野菜のだし煮 バナナ	コーンリゾット風 米 ほうれん草 玉ねぎ ツナ缶 Cコーン缶	
30 水	菜がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 くたくたそうめん汁 ネーブル (主な材料) 米 キャベツ 豆腐 人参 とうがん そうめん あおさ ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のうま煮 そうめん汁 ネーブル	鶏おじや 米 ささみ 人参 じゃが芋	

