



離乳食こんだて



バンビ保育園

【令和 6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。 (作成者) 栄養士 野原正子
- ★ 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。【NO1】
- ★ 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。

回数	1回食 (午前)		2回食 (午後)	
	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
月令	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
形態固さ	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
1月	第45回入園式 		慣らし保育の為になし	
2月	おじや トマトスープ きなこバナナ 野菜スープ	おじや トマトスープ きなこバナナ	慣らし保育の為になし	
火	<small>主な材料) 米 絹ごし豆腐 フロッコリー 人参 ジャが芋 玉ねぎ トマト缶 バナナ きなこ</small>			
3月	全がゆ(べたべた) 白身魚とかぼちゃのだし煮 白菜スープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とかぼちゃのだし煮 白菜スープ ネーブル	慣らし保育の為になし 	
水	<small>(主な材料) 米 白身魚 かぼちゃ 白菜 人参 Cコーン缶 ネーブル</small>			
4月	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	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが(トマト風味) くたくたそうめん汁 バナナ	慣らし保育の為になし	
木	<small>主な材料) 米 ツナ缶 ジャが芋 玉ねぎ 人参 トマトソース そうめん あおさ ネーブル</small>			
5月	菜がゆ(べたべた) ささみと野菜のトマト煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のトマト煮 そうめん汁 ネーブル	慣らし保育の為になし	
金	<small>(主な材料) 米 白菜 ささみ ジャが芋 人参 トマト そうめん ネーブル</small>			
6月	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 コーンスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 コーンスープ ネーブル	慣らし保育の為になし	
土	<small>(主な材料) 米 豆腐 人参 玉ねぎ 白菜 ジャが芋 Cコーン缶 ネーブル</small>			
8月	全がゆ(べたべた) さつま芋きんとん 鶏と野菜のスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 芋団子のきなこかけ 鶏と野菜のスープ ネーブル	ツナおじや 	
月	<small>(主な材料) 米 さつま芋 きなこ 鶏肉 人参 フロッコリー 大根 ネーブル</small>		米 フロッコリー 人参 ツナ缶	
9月	おじや 根菜りんご煮 あおさスープ	おじや 根菜りんご煮 あおさスープ	豆腐おじや	
火	<small>(主な材料) 米 小松菜 白身魚 人参 ジャが芋 りんご あおさ</small>			
10月	のりがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のスープ(みそ風味) ヨーグルトサラダ	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のみそ汁 ヨーグルトサラダ	ツナおじや	
水	<small>(主な材料) 米 青のり 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 人参 バナナ Pヨーグルト</small>		米 ジャが芋 人参 ツナ缶	
11月	あおさがゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ バナナ	ツナおじや	
木	<small>(主な材料) 米 あおさ ささみ 人参 ほうれん草 ジャが芋 バナナ</small>			
12月	のりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ りんご 人参ペースト	ひじきがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ りんご	コーンリゾット風	
金	<small>(主な材料) 米 青のり 白身魚 大根 人参 そうめん りんご</small>			
13月	おじや ゆし豆腐汁(薄) ネーブル	おじや ゆし豆腐汁(薄)  ネーブル 	魚おじや 	
土	<small>(主な材料) 米 ジャが芋 人参 チンゲン菜 ゆし豆腐 あおさ ネーブル</small>			
			米 あおさ 玉ねぎ 白身魚	

※お子さんの進み具合により、献立の形態や使用食材を変更する場合があります。



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 固さ	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)
15 月	全がゆ(べたべた) 鶏肉と根菜のスープ煮 大根スープ(みそ風味) ネーブル <small>(主な材料) 米 ささみ 人参 キャベツ 大根 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と根菜のスープ煮 大根のみそ汁 ネーブル	根菜おじや 米 人参 ツナ缶 ジャガ芋	
16 火	あおさがゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ ネーブル <small>(主な材料) 米 あおさ 白身魚 ほうれん草 ジャガ芋 人参 コーン缶 ネーブル</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ ネーブル	鶏おじや 米 ささみ 人参 ほうれん草	
17 水	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のうま煮 ブロッコリーバナナ <small>(主な材料) 米 白身魚 人参 きゅうり そうめん ブロッコリー バナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のうま煮 ブロッコリーバナナ	コーンリゾット風 米 人参 ツナ缶 かぼちゃ 玉ねぎ コーン缶	
18 木	納豆がゆ(べたべた) 野菜のおかか煮 白菜スープ <small>(主な材料) 米 ひきわり納豆 人参 ブロッコリー 白菜 かぼちゃ コーン缶</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 野菜のおかか煮 白菜スープ	パンプキンおじや 米 かぼちゃ 鶏肉	
19 金	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 <small>(主な材料) 米 あおさ レタス 鶏肉 ジャガ芋 玉ねぎ 人参 バナナ Pヨーグルト</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のスープ煮 バナナヨーグルト 手づかみ人参	根菜おじや 米 ツナ缶 人参 ジャガ芋	
20 土	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のうどんスープ ネーブル <small>(主な材料) 米 鶏肉 かぼちゃ 人参 キャベツ 茹でうどん ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうどんス ネーブル 手づかみかぼちゃ 	魚おじや  米 キャベツ 白身魚 人参	
22 月	全がゆ(べたべた) 豆腐の二色あえ 大根スープ(みそ風味) ネーブル <small>(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 人参 大根 あおさ ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あえ 大根のみそ汁 ネーブル 手づかみ大根	魚おじや 米 人参 白身魚 ほうれん草	
23 火	全がゆ(べたべた) 豆腐の二色あえ とうがんスープ(みそ風味) <small>(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー 人参 とうがん あおさ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の二色あえ とうがんのみそ汁	魚おじや 米 人参 白身魚 ブロッコリー	
24 水	みどりがゆ 鶏ささみのりんご煮 ポテトスープ <small>(主な材料) 米 ほうれん草 ささみ 人参 りんご ジャガ芋 キャベツ コーン缶</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのりんご煮 ポテトスープ 手づかみポテト	魚おじや  米 白身魚 ほうれん草 ジャガ芋	
25 木	全がゆ(べたべた) 具だくさんスープ(みそ風味) ネーブル <small>(主な材料) 米 豆腐 白菜 人参 大根 あおさ ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 具だくさんみそ汁 ネーブル	 鶏おじや 米 人参 鶏肉 ブロッコリー	
26 金	菜がゆ(べたべた) かぼちゃのりんご煮 豆腐とあおさのスープ <small>(主な材料) 米 白菜 かぼちゃ りんご 絹ごし豆腐 あおさ 人参</small>	菜がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのりんご煮 豆腐とあおさのみそ汁	魚おじや 米 白身魚 白菜 人参	
27 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 <small>(主な材料) 米 青のり 白身魚 大根 人参 ほうれん草 ネーブル</small>	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のみそ汁 ネーブル 	コーンリゾット風  米 ツナ缶 人参 コーン缶 ジャガ芋	
30 火	全がゆ(べたべた) ツナじゃが(トマト風味) 白菜スープ ネーブル <small>(主な材料) 米 ジャガ芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 白菜 コーン缶 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが(トマト風味) 白菜スープ ネーブル	鶏おじや  米 かぼちゃ ささみ 玉ねぎ	

＊ ＊ 園での離乳食について・・・ご家庭で食べたことがある食材を提供していきます。 ＊ ＊

～ご協力をよろしくお願いします。～



これは「保育所におけるアレルギーガイドライン(厚労省)」によるものです。特にアレルギーになりやすいたんぱく質食品は、必須です。
ご家庭での複数回の提供により、安全(アレルギーなし)が確認され、園での離乳食もスムーズに進めていくことができます。

食材のすすめ方は配布された食材のチェック表を参考にしてください。食材の使い方がよくわからない場合や、気になることはお気軽に園へお問い合わせください。