



離乳食こんだて



バンビ保育園



【令和 7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【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 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)
1 金	全がゆ(べたべた) ポテトマッシュ 豆腐と野菜のスープ バナナ (主な材料) 米 じゃが芋 青のり 豆腐 人参 ほうれん草 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ころころポテト 豆腐と野菜のスープ バナナ	コーンリゾット風 米 ツナ缶 人参 Cコーン缶	
2 土	のりがゆ(べたべた) ささみと野菜のスープ ネーブル (主な材料) 米 青のり ささみ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 Cコーン缶 ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のスープ ネーブル 	ツナおじや 米 ツナ缶 人参 じゃが芋 	
4 月	全がゆ(べたべた) 納豆あえ くたくたそうめん汁 ネーブル (主な材料) 米 ひきわり納豆 ブロッコリー 人参 そうめん ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 納豆あえ そうめん汁 ネーブル	魚おじや 米 ブロッコリー 白身魚 大根	
5 火	全がゆ(べたべた) 豆腐ととうがんのうま煮 野菜スープ バナナ (主な材料) 米 豆腐 とうがん 人参 ほうれん草 Cコーン缶 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐ととうがんのうま煮 野菜スープ バナナ	鶏おじや 米 ささみ ブロッコリー とうがん	
6 水	のりがゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮 野菜スープ バナナ (主な材料) 米 青のり 白身魚 とうがん 人参 バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮 野菜スープ バナナ	魚おじや 米 玉ねぎ ほうれん草 魚	
7 木	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 ポテトスープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 白身魚 小松菜 じゃが芋 人参 あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトのみそ汁 ネーブル	鶏おじや 米 ささみ 人参 ブロッコリー	
8 金	全がゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮 ほうれん草スープ (主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ささみ ほうれん草 Cコーン缶	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮 ほうれん草スープ	魚おじや 米 白身魚 ほうれん草	
9 土	みどりがゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ ネーブル (主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 人参 白菜 Cコーン缶 ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ ネーブル 	ツナおじや 米 人参 ほうれん草 ツナ缶 	
12 火	あおさがゆ(べたべた) ブロッコリーツナ煮 くたくたそうめん汁 バナナ (主な材料) 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ ツナ缶 そうめん あおさ バナナ	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーツナ煮 そうめん汁 バナナ	コーンリゾット風 米 ささみ 人参 Cコーン缶 ほうれん草	
13 水	あおさがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 くたくたそうめん汁 バナナ (主な材料) 米 青のり 白身魚 人参 ほうれん草 そうめん バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のだし煮 そうめん汁 バナナ	魚おじや 米 ほうれん草 人参 白身魚	
14 木	全がゆ(べたべた) ささみとポテトの煮物 かぼちゃスープ バナナ (主な材料) 米 ささみ じゃが芋 人参 ブロッコリー かぼちゃ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみとポテトの煮物 かぼちゃスープ バナナ	魚おじや 米 あおさ かぼちゃ 白身魚	



※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。





【 NO 2 】 令和7年8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
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 金	みどりがゆ（べたべた） 白身魚のポテト煮 くたくたそうめん汁 ネーブル （主な材料）米 ブロッコリー 白身魚 じゃが芋 玉ねぎ そうめん 人参 とうがん バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 そうめん汁 ネーブル	ツナおじや 米 人参 ツナ缶 青のり 玉ねぎ	
16 土	芋がゆ（べたべた） 豆腐と野菜のスープ ネーブル （主な材料）米 さつま芋 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ あおさ ネーブル	芋がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のスープ ネーブル 	コーンリゾット風 米 ツナ缶 人参 Cコーン缶 	
18 月	全がゆ（べたべた） ツナじゃが ほうれん草スープ ネーブル （主な材料）米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 ほうれん草 Cコーン缶 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが ほうれん草スープ ネーブル	鶏おじや 米 人参 ささみ 玉ねぎ	
19 火	全がゆ（べたべた） 白身魚とポテトのうま煮 野菜スープ（みそ風味） バナナ （主な材料）米 白身魚 じゃが芋 青のり 小松菜 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚とポテトのうま煮 野菜のみそ汁 バナナ	鶏おじや 米 ささみ じゃが芋 人参	
20 水	全がゆ（べたべた） 白身魚のおろし煮 野菜スープ バナナ （主な材料）米 白身魚 大根 ブロッコリー ほうれん草 玉ねぎ 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のおろし煮 野菜スープ バナナ	鶏おじや 米 大根 ブロッコリー ささみ	
21 木	全がゆ（べたべた） 野菜のおかか煮 ゆし豆腐汁（薄） ネーブル （主な材料）米 人参 ブロッコリー じゃが芋 ゆし豆腐 あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 野菜のおかか煮 ゆし豆腐汁（薄） ネーブル	ツナおじや 米 じゃが芋 人参 ツナ缶 Cコーン缶	
22 金	菜がゆ（べたべた） 白身魚のみどり煮 ポテトスープ バナナ （主な材料）米 レタス 白身魚 ブロッコリー トマト缶 じゃが芋 人参 バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 ポテトスープ バナナ	ツナおじや 米 人参 ツナ缶 ブロッコリー	
23 土	お弁当の日 		2回食の提供はありません（ミルク対応）	
25 月	あおさ芋がゆ（べたべた） 鶏と野菜のトマトスープ ネーブル （主な材料）米 あおさ さつま芋 ささみ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 キャベツ トマト ネーブル	あおさ芋がゆ 鶏と野菜のトマトスープ ネーブル	魚おじや 米 白身魚 ブロッコリー 人参 	
26 火	のりがゆ（べたべた） 鶏と野菜のうどんスープ バナナ （主な材料）米 青のり 鶏肉 ブロッコリー 人参 キャベツ 茹でうどん バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のうどんスープ バナナ	コーンリゾット風 米 ほうれん草 白身魚 Cコーン缶	
27 水	全がゆ（べたべた） 豆腐と野菜のうま煮 とうがんスープ バナナ （主な材料）米 豆腐 ブロッコリー 人参 とうがん あおさ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のうま煮 とうがんスープ バナナ 手づかみ人参	鶏おじや 米 ささみ じゃが芋 人参	
28 木	全がゆ（べたべた） 根菜おかか煮 ゆし豆腐汁（薄） バナナヨーグルト （主な材料）米 人参 じゃが芋 玉ねぎ 大根 ほうれん草 ゆし豆腐 あおさ バナナ Pヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜おかか煮 ゆし豆腐汁（薄） バナナヨーグルト	鶏おじや 米 じゃが芋 人参 ささみ	
29 金	全がゆ（べたべた） 白身魚のみどり煮 かぼちゃスープ ネーブル （主な材料）米 白身魚 ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ 人参 BFホワイトソース ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 かぼちゃスープ ネーブル 手づかみかぼちゃ	ツナおじや 米 人参 玉ねぎ ツナ缶 あおさ	
30 土	全がゆ（べたべた） ポテトのそぼろ煮風 あおさのスープ ネーブル （主な材料）米 じゃが芋 ささみ 人参 大根 あおさ ネーブル 	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのそぼろ煮風 あおさのスープ ネーブル	魚おじや 米 白身魚 人参 ほうれん草 	