



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月	全がゆ(べたべた) ツナじゃが 大根のスープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 大根のみそ汁 ネーブル (主な材料) ツナ缶 大根 あおさ ネーブル	魚おじや 米 ほうれん草 白身魚 人参	
2火	全がゆ(べたべた) 鶏肉のトマト煮 ブロッコリースープ ネーブル (主な材料) 米 鶏肉 トマト 玉ねぎ ブロッコリー 人参 BFホワイトソース ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉のトマト煮 ブロッコリースープ ネーブル	納豆おじや 米 ひきわり納豆 人参 ブロッコリー	
3水	菜がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 ネーブル (主な材料) 米 白菜 白身魚 ブロッコリー そうめん 人参 あおさ ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 そうめん汁 ネーブル	コーンリゾット風 米 ささみ ブロッコリー かぼちゃ Cコーン缶	
4木	全がゆ(べたべた) 根菜トマト風味 絹ごし豆腐のすまし汁 バナナヨーグルト (主な材料) 米 玉ねぎ 人参 じゃが芋 絹ごし豆腐 あおさ バナナ Pヨーグルト	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜トマト風味 絹ごし豆腐のすまし汁 バナナヨーグルト 手づかみポテト	鶏おじや 米 ささみ 玉ねぎ ほうれん草	
5金	全がゆ(べたべた) 鶏と根菜のやわらか煮 ポテトスープ バナナ (主な材料) 米 ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 白菜 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のやわらか煮 ポテトスープ バナナ	ツナおじや 米 じゃが芋 人参 ツナ缶 あおさ	
6土	おじや あおさ汁 ネーブル (主な材料) 米 Cコーン缶 きゅうり 人参 豆腐 あおさ 白菜 ネーブル	おじや ⇒ 軟飯 あおさ汁 ネーブル	鶏おじや 米 ささみ 人参 玉ねぎ	
8月	菜がゆ(べたべた) かぼちゃだし煮 ゆし豆腐汁(薄) バナナ (主な材料) 米 チンゲン菜 かぼちゃ 玉ねぎ ゆし豆腐 あおさ バナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃだし煮 ゆし豆腐汁(薄) バナナ	コーンリゾット風 米 ブロッコリー 人参 玉ねぎ Cコーン缶	
9火	全がゆ(べたべた) ツナと野菜のだし煮 野菜スープ バナナ (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ ツナ缶 白菜 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナと野菜のだし煮 野菜スープ 手づかみかぼちゃ バナナ	魚おじや 米 青のり 白身魚 人参	
10水	全がゆ(べたべた) 魚と根菜の煮物 あおさスープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 白身魚 大根 人参 ブロッコリー あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と根菜の煮物 あおさのみそ汁 ネーブル	魚おじや 米 白身魚 人参 ブロッコリー	
11木	全がゆ(べたべた) 根菜のそぼろ煮風 くたくたそうめん汁 スイカ果汁 (主な材料) 米 じゃが芋 人参 ささみ そうめん 白菜 スイカ果汁	全がゆ ⇒ 軟飯 根菜のそぼろ煮風 そうめん汁 スイカ果汁	トマトリゾット風 米 白身魚 トマト缶 じゃが芋 ほうれん草	
12金	しらすじゃがゆ(べたべた) 根菜だし煮 おろし大根汁 バナナ (主な材料) 米 しらす干し 人参 大根 あおさ そうめん ほうれん草 バナナ	しらすじゃがゆ ⇒ 軟飯 根菜だし煮 おろし大根汁 手づかみ大根 バナナ	ツナおじや 米 じゃが芋 玉ねぎ ツナ缶 かぼちゃ	

※ 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。





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)
13 土	おじや あおさのスープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 白身魚 人参 ブロccoliー あおさ 豆腐 ネーブル	おじや あおさのみそ汁 ネーブル 	鶏おじや 	
15 月	全がゆ(べたべた) 鶏と冬瓜のうま煮 ほうれん草スープ ネーブル (主な材料) 米 ささみ とうがん 人参 ほうれん草 Cコーン缶	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と冬瓜のうま煮 ほうれん草スープ ネーブル	魚おじや	
16 火	トマトがゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 人参スープ バナナ (主な材料) 米 トマト 豆腐 ブロccoliー 人参 玉ねぎ Cコーン缶 バナナ	トマトがゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 人参スープ バナナ	コーンリゾット風	
17 水	全がゆ(べたべた) ツナとブロッコリーのやわらか煮 チキンスープ バナナ (主な材料) 米 ツナ缶 ブロccoliー ささみ かぼちゃ 人参 玉ねぎ BFホワイトソース バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナとブロッコリーのやわらか煮 チキンスープ バナナ	根菜おじや	
18 木	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 くたくたそうめん汁 ネーブル (主な材料) 米 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 そうめん あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 そうめん汁 ネーブル	カボチャリゾット風	
19 金	全がゆ(べたべた) 白身魚と芋のスープ煮 野菜スープ バナナ (主な材料) 米 白身魚 さつま芋 小松菜 人参 玉ねぎ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と芋のスープ煮 野菜スープ バナナ 手づかみ芋	ツナおじや 	
20 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	
22 月	みどりがゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ バナナ (主な材料) 米 ブロccoliー ささみ 人参 白菜 かぼちゃ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ バナナ	根菜おじや	
24 水	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のだし煮 大根のスープ(みそ風味) バナナ (主な材料) 米 白身魚 あおさ ブロccoliー 大根 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のだし煮 大根のみそ汁 手づかみ大根 バナナ	コーンリゾット風	
25 木	全がゆ(べたべた) 野菜のコーン風味 豆腐スープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 Cコーン缶 チンゲン菜 人参 豆腐 あおさ とうがん ネーブル	おじや 野菜のコーン風味 豆腐ととうがんのみそ汁 ネーブル	魚おじや	
26 金	全がゆ(べたべた) ツナかぼちゃ あおさ汁 バナナ (主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ ツナ缶 あおさ 人参 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナかぼちゃ あおさ汁 バナナ 手づかみかぼちゃ	根菜おじや	
27 土	おじや 大根スープ(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 玉ねぎ 人参 ツナ缶 大根 あおさ ネーブル	おじや 大根のみそ汁 ネーブル 	魚おじや 	
29 月	全がゆ(べたべた) 鶏と根菜のうま煮 あおさ汁 ネーブル (主な材料) 米 ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ あおさ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のうま煮 あおさ汁 ネーブル	魚おじや	
30 火	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 とうがん汁(みそ風味) ネーブル (主な材料) 米 ブロccoliー 白身魚 Cコーン缶 とうがん あおさ ネーブル	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のうま煮 とうがんのみそ汁 ネーブル	芋入りおじや	