

2026年6月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 15日 29日 (月)	お粥ペースト カレイ,ブロッコリー,人参ペースト やさいスープ(大根) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,ブロッコリー,人参煮 やさいスープ(大根) 煮りんご	軟飯 さけの青のり焼き(醤油) 人参スティック/ブロッコリーのおひたし(醤油) みそ汁(大根) 煮りんご	ごはん さけの磯焼き 大根の煮物(切干大根⇒大根,さつま揚げ抜き) みそ汁(もやし,油揚げ) 煮りんご
	/	おじや(玉ねぎ,人参) 小松菜,かぼちゃ煮	おじや(玉ねぎ,人参,みそ) 小松菜,かぼちゃ煮	1・29日:かぼちゃのお焼き / 牛乳 15日:クッキー / 牛乳
2日 16日 (火)	お粥ペースト 豆腐,さつま芋,ほうれん草ペースト やさいスープ(玉ねぎ,人参) バナナペースト	お粥 豆腐,さつま芋,ほうれん草煮 やさいスープ(玉ねぎ,人参) バナナ	軟飯 豚肉,玉ねぎ,人参のみそ煮 さつま芋のきなこ和え すまし汁(ほうれん草) バナナ	ごはん 豚肉のスタミナ炒め(しょうが,にんにく抜き) さつま芋の甘煮 みそ汁(豆腐,わかめ) バナナ
	/	パン粥(調整粉乳) キャベツ,ブロッコリー,人参煮	シュガートースト(砂糖,油) キャベツ,ブロッコリー,人参煮	あんバタートースト 牛乳
3日 17日 (水)	そうめんペースト しらす,ブロッコリー,人参ペースト やさいスープ(キャベツ,玉ねぎ) オレンジ果汁	にゅうめん(キャベツ,人参,醤油) しらす,ブロッコリー,玉ねぎ煮 オレンジ	しらすパスタ(醤油) キャベツ,ブロッコリー,人参煮 やさいスープ(玉ねぎ) オレンジ	しらすの和風スパゲティ(にんにく抜き) ほうれん草とチーズのサラダ コンソメスープ(キャベツ,ブロッコリー) オレンジ
	/	おじや(白菜,人参) 小松菜,玉ねぎ煮	おじや(白菜,人参,みそ) 小松菜,玉ねぎ煮	豚そぼろおにぎり 麦茶
4日 18日 (木)	お粥ペースト カレイ,大根,ほうれん草ペースト やさいスープ(人参) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,大根煮 納豆和え(ほうれん草,醤油) やさいスープ(人参) 煮りんご	軟飯 カレイのみそ煮/ひじき,人参煮(醤油) 納豆和え(ほうれん草,醤油) みそ汁(大根) 煮りんご	ごはん(雑穀抜き) サバのみそ煮(しょうが抜き) 納豆サラダ すまし汁(大根,しめじ) 煮りんご
	/	しらす粥(人参) ブロッコリー,なす煮	しらす粥(人参,醤油) ブロッコリー,なす煮	きなこスノーボール 牛乳
5日 19日 (金)	お粥ペースト 高野豆腐,かぼちゃ,きゅうりペースト やさいスープ(大根,人参) オレンジ果汁	お粥 高野豆腐,かぼちゃ,きゅうり煮 やさいスープ(大根,人参) オレンジ	軟飯 豚肉と大根煮(醤油)/きゅうりスティック かぼちゃの甘煮 みそ汁(人参) オレンジ	ごはん 豚肉と根菜の甘辛炒め(れんこん,ごぼう抜き) マカロニサラダ みそ汁(わかめ,もやし) オレンジ
	/	おじや(玉ねぎ,人参) 小松菜,トマト煮	おじや(玉ねぎ,人参,みそ) 小松菜,トマト煮	バナナケーキ 牛乳
6日 20日 (土)	お粥ペースト しらす,ブロッコリー,人参ペースト やさいスープ(じゃが芋) バナナペースト	お粥 しらす,ブロッコリー,人参煮 やさいスープ(じゃが芋) バナナ	軟飯 鶏肉のてりやき(醤油) しらす,ブロッコリー,人参和え(醤油) みそ汁(じゃが芋) バナナ	ごはん 鶏じゃが煮 ブロッコリーのごま和え みそ汁(ほうれん草,えのき) バナナ
	/	おじや(白菜,人参) ほうれん草,玉ねぎ煮	おじや(白菜,人参,醤油) ほうれん草,玉ねぎ煮	クラッカーサンド(いちごジャム) 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。
 幼児食の献立表と合わせてご確認ください。
 ☆完了期の朝おやつビスケットとせんべいはハイハインとなります。
 ☆材料の都合により献立を変更することがあります。
 ☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。

2026年6月 離乳食献立表

	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
8日 22日 (月)	お粥ペースト カレイ,ほうれん草,人参ペースト やさいスープ (大根) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,ほうれん草,人参煮 やさいスープ (大根) 煮りんごヨーグルト	軟飯 さけのごまみそ焼き ほうれん草,人参ののり和え (醤油) すまし汁 (大根) 煮りんごヨーグルト	ごはん さけのごまみそ焼き 大根のマヨサラダ (切干大根⇒大根) みそ汁 (なす,油揚げ) 煮りんごヨーグルト (もも缶⇒りんご)
		おじや (じゃが芋,ブロッコリー) なす,人参煮	おじや (じゃが芋,ブロッコリー,みそ) なす,人参煮	じゃがバター 牛乳
9日 23日 (火)	パン粥ペースト (調整豆乳) しらす,かぼちゃ,キャベツペースト やさいスープ (ブロッコリー,人参) バナナペースト	パン粥 (調整粉乳) ささみ,かぼちゃ,キャベツ煮 やさいスープ (ブロッコリー,人参) バナナ	スティック食パン ささみのケチャップ煮 ブロッコリー,人参サラダ (醤油) やさいスープ (かぼちゃ,キャベツ) バナナ	ロールパン 鶏肉のトマトチーズ焼き 小松菜のかみかみサラダ ミルクスープ (かぼちゃ,玉ねぎ,人参,ブロッコリー) バナナ
		ツナ粥 (人参) 小松菜,玉ねぎ煮	ツナ粥 (人参,醤油) 小松菜,玉ねぎ煮	ひじきおにぎり 麦茶
10日 24日 (水)	お粥ペースト 豆腐,ほうれん草,人参ペースト やさいスープ (さつま芋,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 豆腐,ほうれん草,人参煮 やさいスープ (さつま芋,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 豆腐の豚そぼろ煮 (醤油) ほうれん草,人参のごま和え (醤油) みそ汁 (さつま芋,玉ねぎ) オレンジ	ごはん マーボー豆腐 (にんにく,しょうが抜き) 三色ナムル 中華スープ (大根,にら) オレンジ
		おじや (玉ねぎ,人参) 大根,ブロッコリー煮	おじや (玉ねぎ,人参,みそ) 大根,ブロッコリー煮	やさいポッキー 牛乳
11日 25日 (木)	お粥ペースト カレイ,じゃが芋,人参ペースト やさいスープ (ブロッコリー) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,じゃが芋,人参煮 やさいスープ (ブロッコリー) 煮りんご	軟飯 カレイのてりやき (醤油) ブロッコリー,人参の青のり和え (醤油) みそ汁 (じゃが芋) 煮りんご	ごはん (押麦抜き) カレイのポテト焼き 大根サラダ みそ汁 (豆腐) (なめこ抜き) 煮りんご
		うどん (ささみ,小松菜,醤油) きゅうり,人参煮	うどん (ささみ,小松菜,醤油) きゅうり,人参煮	牛乳寒天 牛乳
12日 26日 (金)	お粥ペースト 高野豆腐,ほうれん草,人参ペースト やさいスープ (キャベツ) バナナペースト	お粥 高野豆腐,ほうれん草,人参煮 やさいスープ (キャベツ) バナナ	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 キャベツ,人参のおかか和え (醤油) みそ汁 (ほうれん草) バナナ	ごはん 鶏肉と野菜のケチャップ煮 ブロッコリーサラダ コンソメスープ (ほうれん草,えのき) バナナ
		おじや (ブロッコリー,玉ねぎ) じゃが芋,人参煮	おじや (ブロッコリー,玉ねぎ,みそ) じゃが芋,人参煮	にんじん蒸しパン 牛乳
13日 27日 (土)	お粥ペースト しらす,じゃが芋,人参ペースト やさいスープ (ほうれん草) オレンジ果汁	お粥 しらす,じゃが芋,人参煮 やさいスープ (ほうれん草) オレンジ	軟飯 豚肉とじゃが芋のみそ炒め しらす,ほうれん草,人参和え (醤油) すまし汁 (わかめ) オレンジ	ごはん 豚肉と厚揚げのみそ炒め ほうれん草のマヨサラダ すまし汁 (わかめ,もやし) オレンジ
		おじや (玉ねぎ,人参) キャベツ,小松菜煮	おじや (玉ねぎ,人参,醤油) キャベツ,小松菜煮	青のりふかし芋 牛乳
30日 (火)	お粥ペースト カレイ,ブロッコリー,キャベツペースト やさいスープ (玉ねぎ) バナナペースト	お粥 カレイ,ブロッコリー,トマト煮 やさいスープ (キャベツ,玉ねぎ) バナナ	軟飯 カレイのてりやき (醤油) / トマト オクラとブロッコリーのおかか和え (醤油) みそ汁 (キャベツ,玉ねぎ) バナナ	ごはん カレイのてりやき オクラとトマトのさっぱりサラダ みそ汁 (ほうれん草,えのき) メロン
		おじや (ほうれん草,玉ねぎ) なす,人参煮	おじや (ほうれん草,玉ねぎ,みそ) なす,人参煮	きなこケーキ (レモン汁⇒きなこ) 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆完了期の朝おやつビスケットとせんべいはハイハイとなります。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。