

令和8年 8月 離乳食献立表



- ☐【赤】体の血、肉、骨、歯をつくる食品 【黄】体の熱や力をつくる食品 【緑】体の調子を良くし病気にならないようにする食品
☐ 行事、食材の都合により献立を変更することがございます。
☐ 新規アレルギー発症予防のため、保育所で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします。

	5～6か月頃	7～8か月	9～11か月	12か月	おやつ (9か月～)
1 8 土	つぶしがゆ 魚のペースト 白菜のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】はくさいたまねぎ	おかゆ(7～) 魚の煮物 白菜の煮物 オレンジ 【赤】赤魚【黄】米【緑】はくさいたまねぎ、人参、オレンジ	おかゆ(9～) 白菜と肉団子のスープ オレンジ 【赤】豚・ひき肉【黄】米、片栗粉【緑】しょうがたまねぎ、人参、大根、はくさい、オレンジ	軟飯(12～) 白菜と肉団子のスープ(幼児) オレンジ 【赤】豚・ひき肉【黄】米、片栗粉【緑】しょうがたまねぎ、人参、大根、はくさい、オレンジ	さつま芋ときな粉の蒸しケーキ 【赤】きな粉、豆乳【黄】ホットケーキミックス、三温糖、さつまいも、いりごま 黒【緑】
3 17 月	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参と玉ねぎのペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】昆布、人参、たまねぎ	おかゆ(7～) ささみと野菜の煮物 豆腐のスープ 【赤】ささ身、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、人参、キャベツ	おかゆ(9～) ヘチマのミートグラタン 手づかみ野菜 豆腐とたまねぎのスープ 【赤】豚・ひき肉、ビザ用チーズ、沖縄豆腐【黄】米、マカロニ、乾、小麦粉、パン粉、三温糖【緑】たまねぎ、へちま、キャベツ、人参、きゅうり	軟飯(12～) ヘチマのミートグラタン 手づかみ野菜 豆腐とたまねぎのスープ 【赤】豚・ひき肉、ビザ用チーズ、沖縄豆腐【黄】米、マカロニ、乾、小麦粉、パン粉、三温糖【緑】たまねぎ、へちま、キャベツ、人参、きゅうり	ヨーグル豆乳プリン せんべい 【赤】豆乳、プレーンヨーグルト、ゼラチン【黄】三温糖【緑】
4 25 火	つぶしがゆ 魚のペースト あかね芋と大根のペースト 【赤】赤魚【黄】米、あかね芋【緑】大根	おかゆ(7～) 魚の煮物 あかね芋と大根の煮物 【赤】赤魚【黄】米、あかね芋【緑】大根、人参	おかゆ(9～) 魚の煮物 手づかみ野菜 夏野菜の豚汁 【赤】赤魚、豚Bロース肉【黄】米、三温糖、あかね芋【緑】大根、人参、なす	軟飯(12～) 魚の煮物 手づかみ野菜 夏野菜の豚汁 【赤】赤魚、豚Bロース肉【黄】米、三温糖、あかね芋【緑】大根、人参、なす、ねぎ	ツナとチーズのトースト(又はパン粥) 【赤】シーチキン、ビザ用チーズ【黄】食パン 6枚切り【緑】
5 19 水	つぶしがゆ 魚のペースト 大根と小松菜のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、こまつな	おかゆ(7～) 魚の煮物 大根と人参の煮物 豆腐のスープ 【赤】赤魚、沖縄豆腐【黄】米【緑】大根、人参、こまつな	おかゆ(9～) レバーペースト 大根と人参の煮物(手づかみ) 豆腐と小松菜のスープ 【赤】豚・レバー、沖縄豆腐【黄】米、三温糖【緑】人参、たまねぎ、大根、こまつな、ねぎ	軟飯(12～) レバーペースト 大根と人参の煮物(手づかみ) 豆腐と小松菜のみそ汁 【赤】豚・レバー、沖縄豆腐【黄】米、三温糖【緑】人参、たまねぎ、大根、こまつな、ねぎ	ふかし芋 スイカ 【赤】【黄】あかね芋【緑】すいか
6 20 木	つぶしがゆ 魚のペースト 大根と人参のペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】大根、人参	おかゆ(7～) 魚とブロッコリーの煮物 大根と人参の煮物 【赤】赤魚【黄】米【緑】ブロッコリー、大根、人参	おかゆ(9～) 鶏肉の煮物 手づかみ野菜 沢煮焼 【赤】鶏もも肉、豚Bロース肉【黄】米、三温糖【緑】ブロッコリー、人参、大根	軟飯(12～) 鶏肉のみそ煮 手づかみ野菜 沢煮焼 【赤】鶏もも肉、豚Bロース肉【黄】米、三温糖【緑】ブロッコリー、人参、大根	ホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】強力粉、黒砂糖、三温糖【緑】レーズン、バナナ
7 21 金	つぶしがゆ 魚のペースト 芋のペースト 【赤】赤魚【黄】米、焼き芋【緑】	おかゆ(7～) 魚の煮物 焼き芋 野菜の煮物 【赤】赤魚【黄】米、焼き芋【緑】人参、つるむらさき、茎葉・生	おかゆ(9～) 魚の煮物 焼き芋 野菜スープ 【赤】赤魚【黄】米、焼き芋【緑】人参、つるむらさき、茎葉・生	沖縄そば 焼き芋 手づかみ野菜 【赤】豚・ばら(三枚肉)【黄】沖縄そば、三温糖、焼き芋【緑】ねぎ、きゅうり、人参	しらすとみずくのおじや 【赤】しらす、花かつお【黄】米、あわ、三温糖、いりごま 白【緑】あおのり
15 22 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 玉ねぎと人参のペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】昆布、たまねぎ、人参	おかゆ(7～) 魚と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】赤魚、絹ごし豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(9～) 豚ひき肉と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】豚・ひき肉、絹ごし豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ、チンゲンサイ	軟飯(12～) 豚ひき肉と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】豚・ひき肉、絹ごし豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ、チンゲンサイ	鮭と野菜のみそおじや 【赤】べにざけ、枝豆【黄】はいが米、押し麦、あわ、いりごま 白【緑】塩昆布
10 24 月	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参とじゃが芋のペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米、じゃが芋【緑】昆布、人参	おかゆ(7～) ささ身入りマッシュポテト 豆腐のスープ 【赤】ささ身、沖縄豆腐【黄】米、じゃが芋【緑】ブロッコリー、たまねぎ	おかゆ(9～) 鶏もも肉の煮物 手づかみ野菜 ヘチマのスープ 【赤】鶏もも肉、沖縄豆腐【黄】米、じゃが芋、三温糖【緑】ブロッコリー、人参、へちま、たまねぎ	軟飯(12～) 鶏もも肉の煮物 手づかみ野菜 ヘチマのみそ汁 【赤】鶏もも肉、沖縄豆腐【黄】米、三温糖、じゃが芋【緑】ブロッコリー、人参、へちま、たまねぎ、ねぎ	かぼちゃとチーズのケーキ 【赤】クリームチーズ、牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油【緑】かぼちゃ
12 26 水	つぶしがゆ 魚のペースト 人参とたまねぎのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(7～) 魚と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】赤魚、絹ごし豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、人参	おかゆ(9～) モズク丼 手づかみ野菜 小松菜と玉ねぎのスープ 【赤】豚・ひき肉、もずく、塩抜き、絹ごし豆腐【黄】米、片栗粉【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、オクラ、こまつな、ねぎ	軟飯(12～) モズク丼 手づかみ野菜 小松菜と玉ねぎのみそ汁 【赤】豚・ひき肉、もずく、塩抜き、絹ごし豆腐【黄】米、三温糖、片栗粉【緑】たまねぎ、人参、ピーマン、オクラ、こまつな、ねぎ	ささみと野菜のおじや 【赤】ささ身【黄】はいが米【緑】こまつな、たまねぎ
13 27 木	つぶしがゆ 魚のペースト 人参とたまねぎのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(7～) 魚の煮物 バナナヨーグルト 玉ねぎと人参の煮物 【赤】赤魚、プレーンヨーグルト【黄】米【緑】バナナ、たまねぎ、人参	おかゆ(9～) ひき肉と野菜の煮物 バナナヨーグルト 冬瓜のスープ 【赤】豚・ひき肉、プレーンヨーグルト【黄】米、三温糖【緑】たまねぎ、なす、ピーマン、人参、バナナ、とうがん、オクラ	軟飯(12～) ひき肉と野菜の煮物 バナナヨーグルト 冬瓜のスープ 【赤】豚・ひき肉、プレーンヨーグルト【黄】米、三温糖【緑】たまねぎ、なす、ピーマン、人参、バナナ、とうがん、オクラ	ホットケーキ バナナ 【赤】牛乳【黄】ホットケーキミックス、なたね油【緑】バナナ
14 28 金	つぶしがゆ 豆腐のペースト 大根と人参のペースト 【赤】絹ごし豆腐【黄】米【緑】大根、人参	おかゆ(7～) 魚の煮物 大根と人参の煮物 豆腐のスープ 【赤】赤魚、絹ごし豆腐【黄】米【緑】大根、人参、ブロッコリー	おかゆ(9～) 魚の煮物 手づかみ野菜 大根と豆腐のスープ 【赤】赤魚、絹ごし豆腐【黄】米【緑】ブロッコリー、人参、大根	軟飯(12～) サワラの赤しそてんぷら ブロッコリーときゅうりのチーズおなか和え なめこのみそ汁 【赤】さわら、チーズ、花かつお、絹ごし豆腐【黄】米、小麦粉、片栗粉、なたね油【緑】しそ、ブロッコリー、人参、きゅうり、なめこ、大根、長ねぎ	ささみと野菜のおじや オレンジ 【赤】ささ身【黄】はいが米【緑】ブロッコリー、人参、オレンジ
29 土	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参とたまねぎのペースト 【赤】沖縄豆腐【黄】米【緑】人参、玉ねぎ	おかゆ(7～) 魚と野菜のあんかけ 豆腐のスープ 【赤】赤魚、沖縄豆腐【黄】米【緑】人参、たまねぎ	おかゆ(9～) ひき肉と野菜のトマト炒め キャベツのスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ、ねぎ	軟飯(12～) ひき肉と野菜のケチャップ炒め キャベツのスープ 【赤】牛・ひき肉、豚・ひき肉、粉チーズ、沖縄豆腐【黄】米【緑】たまねぎ、セロリ、人参、ピーマン、キャベツ、ねぎ	ホットケーキ バナナ 【赤】【黄】【緑】オレンジジュース、温州みかん、缶詰・果肉、バナナ
18 31 火 月	つぶしがゆ 魚のペースト かぼちゃと玉ねぎのペースト 【赤】赤魚【黄】米【緑】かぼちゃ、たまねぎ	おかゆ(7～) 魚の煮物 かぼちゃと玉ねぎの煮物 豆腐のスープ 【赤】赤魚、絹ごし豆腐【黄】米【緑】かぼちゃ、たまねぎ、人参	おかゆ(9～) 魚の煮物 かぼちゃとマカロニのサラダ コーンスープ 【赤】赤魚、チーズ、絹ごし豆腐【黄】米、マカロニ、乾、じゃが芋【緑】かぼちゃ、たまねぎ、人参、クリームコーン	コッペパン 魚の煮物 かぼちゃとマカロニのサラダ コーンスープ 【赤】赤魚、チーズ、絹ごし豆腐【黄】コッペパン、三温糖、マカロニ、マヨレ、じゃが芋【緑】かぼちゃ、たまねぎ、人参、クリームコーン	ささみと野菜のおじや 【赤】花かつお【黄】はいが米、あわ、押し麦、三温糖、いりごま 白【緑】ヨーヤー、塩昆布、プルーン・乾

