

2025年12月

離乳食献立表

つぼみ保育園

前月	26	水	-	-	-	-	全がゆ→軟飯/ 野菜スープ	高野豆腐の煮物/ゆで野菜(じゃが芋・ブロッコリー)	おじや(白菜)
	27	木	-	-	-	-	//	大根のそぼろ煮/ゆで野菜(南瓜・大根)	おじや(人参)
	28	金	-	-	-	-	//	白身魚の煮付け/ゆで野菜(玉ねぎ・じゃが芋)	おじや(小松菜)
	29	土	-	-	-	-	//	豆腐のあんかけ/ゆで野菜(大根・人参)	赤ちゃんせんべい
	30	日							
日曜	5~6ヶ月頃			7~8ヶ月頃			9~11ヶ月頃		
	午前			午前			午前		午後
1月	-	-	-	-	-	全がゆ→軟飯/ 野菜スープ	納豆ポテト/ゆで野菜(人参・きゅうり)	おじや(人参)	
2火	-	-	-	-	-	//	豆腐と人参の煮物/ゆで野菜(キャベツ・玉ねぎ)	おじや(キャベツ)	
3水	-	-	-	-	-	//	白菜のそぼろ煮/ゆで野菜(じゃが芋・人参)	おじや(じゃが芋)	
4木	-	-	-	-	-	//	高野豆腐の煮付け/ゆで野菜(ブロッコリー・さつま芋)	おじや(さつま芋)	
5金	-	-	-	-	-	//	白身魚と大根の煮付/ゆで野菜(人参・ほうれん草)	おじや(ほうれん草)	
6土	-	-	-	-	-	//	炒り豆腐/ゆで野菜(玉ねぎ・キャベツ)	赤ちゃんせんべい	
7日									
8月	-	-	-	-	-	全がゆ→軟飯/ 野菜スープ	南瓜のそぼろ煮/ゆで野菜(大根・白菜)	おじや(大根)	
9火	-	-	-	-	-	//	白身魚のあんかけ/ゆで野菜(人参・小松菜)	おじや(小松菜)	
10水	-	-	-	-	-	//	人参のそぼろ煮/ゆで野菜(じゃが芋・きゅうり)	おじや(じゃが芋)	
11木	-	-	-	-	-	//	白身魚の煮付/ゆで野菜(大根・人参)	おじや(人参)	
12金	-	-	-	-	-	//	豆腐のあんかけ/ゆで野菜(かぶ・白菜)	おじや(白菜)	
13土	-	-	-	-	-	//	刻みゆで大豆の煮付/ゆで野菜(じゃが芋・人参)	赤ちゃんせんべい	
14日									
15月	-	-	-	-	-	全がゆ→軟飯/ 野菜スープ	納豆ポテト/ゆで野菜(人参・きゅうり)	おじや(人参)	
16火	-	-	-	-	-	//	豆腐と人参の煮物/ゆで野菜(キャベツ・玉ねぎ)	おじや(キャベツ)	
17水	-	-	-	-	-	//	キャベツのそぼろ煮/ゆで野菜(じゃが芋・人参)	おじや(じゃが芋)	
18木	-	-	-	-	-	//	高野豆腐の煮付け/ゆで野菜(ブロッコリー・さつま芋)	おじや(さつま芋)	
19金	-	-	-	-	-	//	白身魚と大根の煮付/ゆで野菜(人参・ほうれん草)	おじや(ほうれん草)	
20土	-	-	-	-	-	//	炒り豆腐/ゆで野菜(玉ねぎ・キャベツ)	赤ちゃんせんべい	
21日									
22月	-	-	-	-	-	全がゆ→軟飯/ 野菜スープ	南瓜のそぼろ煮/ゆで野菜(大根・白菜)	おじや(大根)	
23火	-	-	-	-	-	//	白身魚のあんかけ/ゆで野菜(人参・小松菜)	おじや(小松菜)	
24水	-	-	-	-	-	//	人参のそぼろ煮/ゆで野菜(じゃが芋・きゅうり)	おじや(じゃが芋)	
25木	-	-	-	-	-	//	白身魚の煮付/ゆで野菜(大根・人参)	おじや(人参)	
26金	-	-	-	-	-	//	豆腐のあんかけ/ゆで野菜(かぶ・白菜)	おじや(白菜)	
27土	-	-	-	-	-	//	刻みゆで大豆の煮付/ゆで野菜(じゃが芋・人参)	赤ちゃんせんべい	
28日									
29月									
30火									
31水									

「おかゆ」について	保育園では、5分がゆ(米:水=1:10)、全がゆ(米:水=1:5)、軟飯(米:水=1:2)の水加減で炊いています。また、離乳食の献立はあくまでも目安であり、一人ひとりのお子さんの成長発達の状況に合わせて調整しながら提供しています。
-----------	---