



# 2025年9月 すすきの保育園離乳食予定献立表



日にち	曜日	ゴックン(初期) (5~6ヶ月)		モグモグ(中期) (7~9ヶ月)		カミカミ(後期) 9~11ヶ月頃			パクパク(完了期) 12ヶ月~		
						午前おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	月	つぶしがゆ 豆腐のペースト ほうれん草と玉ねぎのペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐のツナあんかけ ほうれん草と玉ねぎの煮物 人参の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 豆腐のツナあんかけ ほうれん草と玉ねぎの煮物 人参の味噌汁	マフィン	麦茶	ご飯 ツナとチーズの卵焼き ほうれん草のおかか和え わかめの味噌汁	牛乳	メーブルマフィン	
2	火	つぶしがゆ キャベツとしらすのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 小松菜のそぼろ煮 キャベツとしらすの煮物 もやしの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 小松菜のそぼろ煮 キャベツとしらすの煮物 もやしの味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶	ご飯 お好み焼風ミートローフ 人参とごぼうのサラダ きつねスープ	牛乳	アイス・せんべい	
3	水	つぶしがゆ カレイのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏じゃがが煮 大根のツナサラダ 玉ねぎの味噌汁	おやさいりんく	全がゆ 鶏じゃがが煮 大根のツナサラダ 玉ねぎの味噌汁	プレーンケーキ	麦茶	カレーライス 大根のツナ和え 飲むヨーグルト	牛乳	お誕生日ケーキ	
4	木	つぶしがゆ 高野豆腐と人参のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鮭のみそ煮 人参ときゅうりのサラダ わかめのすまし汁	野菜スティック	全がゆ 鮭のみそ煮 人参ときゅうりのサラダ わかめのすまし汁	スティック食パン	麦茶	ご飯 焼西京焼き もやしとちくわのごま和え 卵のすまし汁	牛乳	シュガートースト	
5	金	つぶしがゆ 豆腐と人参のペースト かぼちゃ煮 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐の野菜あん かぼちゃ煮物 鮭の味噌汁	ハイハイ	全がゆ 豆腐の野菜あん かぼちゃ煮物 鮭の味噌汁	バナナヨーグルト	麦茶	ご飯 豆腐チャンプルー かぼちゃサラダ 切干大根とえきの味噌汁	牛乳	フルーツヨーグルト	
6	土	つぶしがゆ ほうれん草のペースト じゃがいも煮 野菜スープ	7倍がゆ 煮込みうどん ツナポテトサラダ ほうれん草煮びたし	小魚せんべい	全がゆ 煮込みうどん ツナポテトサラダ ほうれん草煮びたし	マンナウエハース	麦茶	しょうゆラーメン ツナポテトサラダ みかんゼリー	牛乳	ワッフル・せんべい	
8	月	つぶしがゆ 人参としらすのペースト 高野豆腐のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 人参としらすの煮物 高野豆腐の味噌汁	おこめぼー	全がゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 人参としらすの煮物 高野豆腐の味噌汁	パンケーキ	麦茶	ご飯 鶏肉の味噌焼き 春雨サラダ かまぼこのすまし汁	牛乳	プリン	
9	火	パン粥 カレイと人参のペースト じゃがいもとブロッコリーのペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイと人参煮 じゃがいもとブロッコリーの煮物 玉ねぎの味噌汁	マンナビスケット	全がゆ カレイと人参煮 じゃがいもとブロッコリーの煮物 玉ねぎの味噌汁	おかか雑炊	麦茶	ご飯 ロールパン ●イズミル風ハンバーグ パイナップル ブロッコリーのスープ	牛乳	おかかチーズおにぎり	
10	水	つぶしがゆ 豆腐のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐のあんかけ キャベツの煮びたし 鮭の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 豆腐のあんかけ キャベツの煮びたし 鮭の味噌汁	マフィン	麦茶	ご飯 サバのカレー焼き 蒸し鶏の中華和え 豆腐としめじの味噌汁	牛乳	★クッキーのシロップかけ	
11	木	つぶしがゆ 人参としらすのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 納豆和え 人参しらす煮 わかめの味噌汁	お野菜せんべい	全がゆ 納豆和え 人参しらす煮 高野豆腐の味噌汁	煮込みうどん	麦茶	ご飯 筑前煮 納豆和え 油揚げとわかめの味噌汁	牛乳	塩焼きそば	
12	金	つぶしがゆ 高野豆腐のペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 高野豆腐のそぼろ煮 玉ねぎと人参の煮物 キャベツの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 高野豆腐のそぼろ煮 玉ねぎと人参の煮物 キャベツの味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶	ご飯 大豆ミート入り味噌そぼろ丼 スパゲティサラダ キャベツのすまし汁	牛乳	梨・ウエハース	
13	土	つぶしがゆ 白菜としらすのペースト 小松菜と人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 白菜としらすの煮物 小松菜と人参煮 玉ねぎの味噌汁	マンナウエハース	全がゆ 白菜としらすの煮物 小松菜と人参煮 玉ねぎの味噌汁	ハイハイ	麦茶	ご飯 豚肉の生姜焼き 白菜のおかか和え 小松菜とコーンのスープ	牛乳	今川焼き・せんべい	
16	火	つぶしがゆ カレイと玉ねぎのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ かれいと玉ねぎの煮付け 小松菜の煮びたし 鮭のすまし汁	マンナビスケット	全がゆ かれいと玉ねぎの煮付け 小松菜の煮びたし 鮭のすまし汁	マフィン	麦茶	ご飯 のり塩から揚げ さわかめのさんぴら 小松菜の味噌汁	牛乳	ブルーベリースコーン	
17	水	つぶしがゆ 豆腐とトマトのペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐のトマト煮 玉ねぎと人参の煮物 もやしの味噌汁	野菜スティック	全がゆ 豆腐のトマト煮 玉ねぎと人参の煮物 もやしの味噌汁	スイートポテト	麦茶	ご飯 豆腐とえびのケチャップ煮 切干大根のナムル いらと卵の中華スープ	牛乳	スイートポテト	
18	木	つぶしがゆ カレイのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ かれいの煮付け ポテトサラダ わかめの味噌汁	ハイハイ	全がゆ かれいの煮付け ポテトサラダ わかめの味噌汁	スティック食パン	麦茶	麦ご飯 白身魚のごまダレ焼き カレー風味ポテトサラダ はんぺんのすまし汁	牛乳	ミルククリームサンド	
19	金	つぶしがゆ キャベツと人参のペースト バナナ 野菜スープ	7倍がゆ 煮込みうどん ツナサラダ バナナ	野菜スティック	全がゆ 煮込みうどん ツナサラダ バナナ	雑炊	麦茶	肉うどん ツナサラダ バナナ	牛乳	おはぎ	
20	土	つぶしがゆ 高野豆腐と人参のペースト さつまいものペースト 野菜スープ	7倍がゆ 高野豆腐と人参煮 さつまいも煮 玉ねぎの味噌汁	おやさいりんく	全がゆ 高野豆腐と人参煮 さつまいも煮 玉ねぎの味噌汁	マンナウエハース	麦茶	きんぴらチャーハン さつまいもの甘煮 わかめスープ	牛乳	アイス・せんべい	
22	月	つぶしがゆ 人参としらすのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏のだし煮 人参としらすの煮物 キャベツの味噌汁	小魚せんべい	全がゆ 鶏のだし煮 人参としらすの煮物 キャベツの味噌汁	蒸しパン	麦茶	ご飯 高野豆腐の卵とじ なめたけ和え さつまいもの味噌汁	牛乳	ぶどうゼリー	
24	水	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐のあんかけ 人参煮 わかめの味噌汁	マンナウエハース	全がゆ 豆腐のひじきあんかけ 人参そぼろ煮 わかめの味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶	麻婆丼 ひじきのチーズサラダ もずくのすまし汁	牛乳	オレンジ・せんべい	
25	木	パン粥 カレイとトマトのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイのトマト煮 マカロニサラダ キャベツのスープ	野菜スティック	全がゆ カレイのトマト煮 マカロニサラダ キャベツのスープ	雑炊	麦茶	ロールパン マカロニミートグラタン キャベツとハムのサラダ コンソメスープ	牛乳	塩昆布おにぎり	
26	金	つぶしがゆ 大根としらすのペースト 人参とじゃがいものペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏じゃがが煮 大根としらすの煮物 ほうれん草の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 鶏じゃがが煮 大根としらすの煮物 ほうれん草の味噌汁	パンケーキ	麦茶	ご飯 肉じゃが カニ大根サラダ 鮭とほうれん草の味噌汁	牛乳	りんごのポケット焼き	
27	土	つぶしがゆ 高野豆腐と人参のペースト かぼちゃ煮 野菜スープ	7倍がゆ 高野豆腐と人参の煮物 かぼちゃ煮物 もやしの味噌汁	ひじきせんべい	全がゆ 高野豆腐と人参の煮物 かぼちゃ煮物 もやしの味噌汁	マンナウエハース	麦茶	豚丼 わかめサラダ かぼちゃの味噌汁	牛乳	ブルーベリーゼリー・せんべい	
29	月	つぶしがゆ 豆腐と玉ねぎのペースト チンゲン菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐の野菜あん チンゲン菜ともやしの煮びたし わかめの味噌汁	ハイハイ	全がゆ 豆腐の野菜あん チンゲン菜ともやしの煮びたし わかめの味噌汁	マフィン	麦茶	ご飯 シューマイ風 チンゲン菜とえきのソテー なめこの味噌汁	牛乳	ミニクワッサン	
30	火	つぶしがゆ ブロッコリーと高野豆腐のペースト かぶと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ ブロッコリーと高野豆腐の煮物 かぶと人参煮 鮭の味噌汁	マンナウエハース	全がゆ ブロッコリーと高野豆腐の煮物 かぶと人参煮 鮭の味噌汁	チーズおやき	麦茶	ご飯 ハヤシライス コーンとブロッコリーのサラダ ウインナーとかぶのスープ	牛乳	チーズおやき	

\*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。  
 \*献立の「ご飯」に使用しているお米は、国内産米となっています。  
 \*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しください。ご希望申し上げます。  
 \*●イズミル風ハンバーグ【★クッキーのシロップかけ】は昨年「トルコ・シリア地震救援金」を渡した際に駐日トルコ共和国大使館で教えて頂いたトルコ料理になります。