



# 2026年 6月度 ＜初期・中期＞

※初期はミルクを主体とし、食事はおかゆなどの食材から始め、野菜→たんぱく質と徐々に進めていきます。  
 ※中期は食事とミルクの割合を半分程度にすることを目安とし、様子を見ながらたんぱく質を進めていきます。  
 ※お子様の月齢や発達の状態に合わせ離乳食を進めていきます。  
 ※お子様に合わせて、柔らかさ形状が違います。  
 ※都合により献立の一部を変更する場合がございますのでご了承ください。

| 日にち  | ゴックン期（初期 5～6か月）        |                                       | モグモグ期（中期 7～8か月） |  |
|------|------------------------|---------------------------------------|-----------------|--|
|      | 午前食                    |                                       | 午後食             |  |
| 1 月  | 米粥 たまねぎ きゅうり じゃがいも汁    | 米粥 鶏ささみのだし煮 たまねぎ きゅうり にんじん じゃがいも汁     | 昆布だし粥           |  |
| 2 火  | 米粥 にんじん ブロッコリー たまねぎ汁   | 米粥 鶏ひき肉のだし煮 にんじん ブロッコリー じゃがいも たまねぎ汁   | ミルク粥            |  |
| 3 水  | 米粥 たまねぎ にんじん キャベツ汁     | 米粥 豆腐のだし煮 たまねぎ にんじん さつまいも キャベツ汁       | ミルク粥            |  |
| 4 木  | 米粥 にんじん きゅうり こまつな汁     | 米粥 たらのだし煮 にんじん きゅうり たまねぎ こまつな汁        | 昆布だし粥           |  |
| 5 金  | 米粥 にんじん キャベツ こまつな汁     | 米粥 豆腐のだし煮 にんじん キャベツ たまねぎ こまつな汁        | ミルク粥            |  |
| 6 土  | 米粥 きゅうり にんじん たまねぎ汁     | 米粥 豆腐のだし煮 きゅうり にんじん じゃがいも たまねぎ汁       | ミルク粥            |  |
| 8 月  | 米粥 キャベツ にんじん 豆腐汁       | 米粥 鶏ひき肉のだし煮 キャベツ にんじん たまねぎ 豆腐汁        | みそ粥             |  |
| 9 火  | 米粥 にんじん ブロッコリー こまつなスープ | 米粥 鶏ささみのスープ煮 にんじん ブロッコリー たまねぎ こまつなスープ | ミルク粥            |  |
| 10 水 | 米粥 じゃがいも にんじん 豆腐汁      | 米粥 たらのだし煮 じゃがいも にんじん たまねぎ 豆腐汁         | 昆布だし粥           |  |
| 11 木 | 米粥 キャベツ じゃがいも たまねぎ汁    | 米粥 鶏ひき肉のだし煮 キャベツ じゃがいも にんじん たまねぎ汁     | ミルク粥            |  |
| 12 金 | 米粥 じゃがいも にんじん こまつな汁    | 米粥 高野豆腐のだし煮 じゃがいも にんじん たまねぎ こまつな汁     | 昆布だし粥           |  |
| 13 土 | 米粥 にんじん キャベツ 豆腐汁       | 米粥 おふのだし煮 にんじん キャベツ たまねぎ 豆腐汁          | ミルク粥            |  |
| 15 月 | 米粥 たまねぎ きゅうり じゃがいも汁    | 米粥 鶏ささみのだし煮 たまねぎ きゅうり にんじん じゃがいも汁     | 昆布だし粥           |  |
| 16 火 | 米粥 にんじん ブロッコリー たまねぎ汁   | 米粥 鶏ひき肉のだし煮 にんじん ブロッコリー じゃがいも たまねぎ汁   | ミルク粥            |  |
| 17 水 | 米粥 たまねぎ にんじん キャベツ汁     | 米粥 豆腐のだし煮 たまねぎ にんじん さつまいも キャベツ汁       | ミルク粥            |  |
| 18 木 | 米粥 にんじん たまねぎ こまつな汁     | 米粥 たらのだし煮 にんじん たまねぎ じゃがいも こまつな汁       | 昆布だし粥           |  |
| 19 金 | 米粥 にんじん キャベツ こまつな汁     | 米粥 豆腐のだし煮 にんじん キャベツ たまねぎ こまつな汁        | ミルク粥            |  |
| 20 土 | 米粥 きゅうり にんじん たまねぎ汁     | 米粥 豆腐のだし煮 きゅうり にんじん じゃがいも たまねぎ汁       | ミルク粥            |  |
| 22 月 | 米粥 にんじん たまねぎ こまつな汁     | 米粥 高野豆腐のだし煮 にんじん たまねぎ キャベツ こまつな汁      | やわらかじゃがいも       |  |
| 23 火 | 米粥 たまねぎ にんじん キャベツスープ   | 米粥 鶏ひき肉のスープ煮 たまねぎ にんじん じゃがいも キャベツスープ  | のり粥             |  |
| 24 水 | 米粥 にんじん きゅうり 豆腐汁       | 米粥 たらのだし煮 にんじん きゅうり たまねぎ 豆腐汁          | にんじん粥           |  |
| 25 木 | 米粥 ブロッコリー にんじん たまねぎ汁   | 米粥 豆腐のだし煮 ブロッコリー にんじん じゃがいも たまねぎ汁     | みそ粥             |  |
| 26 金 | 米粥 にんじん たまねぎ こまつな汁     | 米粥 鶏ささみのだし煮 にんじん たまねぎ キャベツ こまつな汁      | ミルク粥            |  |
| 27 土 | 米粥 たまねぎ にんじん こまつな汁     | 米粥 おふのだし煮 たまねぎ にんじん キャベツ こまつな汁        | きなこ粥            |  |
| 29 月 | 米粥 にんじん たまねぎ こまつな汁     | 米粥 おふのだし煮 にんじん たまねぎ じゃがいも こまつな汁       | 昆布だし粥           |  |
| 30 火 | 米粥 きゅうり にんじん たまねぎスープ   | 米粥 鶏ひき肉のスープ煮 きゅうり にんじん じゃがいも たまねぎスープ  | ミルク粥            |  |
| 遠足   | 米粥 にんじん きゅうり たまねぎスープ   | 米粥 鶏ささみのスープ煮 にんじん きゅうり じゃがいも たまねぎスープ  | ミルク粥            |  |