

2026年 4月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
初期		1 つぶし10倍粥 豆腐と人参のペースト 玉葱のおろし煮	2 つぶし10倍粥 魚と胡瓜のすり流し 人参のペースト	3 つぶし10倍粥 豆腐と胡瓜のだし煮 トマトペースト	4 シラス粥 キャベツのトロトロ煮 さつまいものペースト
6 つぶし10倍粥 豆腐のすり流し 大根ペースト	7 つぶし10倍粥 白身魚のすり流し 人参のとろとろ煮	8 つぶし10倍粥 豆腐と人参のすり流し 白菜ピューレ	9 つぶし10倍粥 魚とトマトのペースト バナナペースト	10 つぶし10倍粥 豆腐と人参のだし煮 キャベツペースト	11 つぶし10倍粥 魚のだし煮 リンゴのすり流し
13 つぶし10倍粥 豆腐とトマト煮 ポテトペースト	14 つぶし10倍粥 魚と人参煮 さつま芋ペースト	15 つぶし10倍粥 豆腐とブロッコリー煮 じゃが芋煮	16 おべんとう 	17 つぶし10倍粥 豆腐とほうれん草煮 人参のだし煮	18 つぶし10倍粥 魚と人参のだし煮 キャベツのだし煮
20 きなこ粥 豆腐と人参のペースト 人参のすり流し	21 つぶし10倍粥 白身魚のクリームコーン煮 玉葱ペースト	22 つぶし10倍粥 豆腐とブロッコリー煮 キャベツのくたくた煮	23 つぶし10倍粥 魚のすり流し バナナペースト	24 つぶし10倍粥 豆腐のすり流し かぼちゃ煮	25 つぶし10倍粥 魚ペースト 胡瓜のだし煮
27 つぶし10倍粥 豆腐のすり流し 小松菜のくたくた煮	28 豆腐粥 魚とほうれん草のくたくた さつまいものペースト	29 昭和の日 	30 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 人参ペースト		
5～6カ月の離乳食 この時期は、母乳やミルク以外のものを飲み込む練習をします。 離乳食の形態は、滑らかにすりつぶしたポタージュ状のがおすすめです！ 今はまだ、栄養のほとんどを母乳やミルクから摂りますので、離乳食を沢山食べなくても 悩む必要はありません。離乳食に慣れてきたら次のステップに進みましょう！！					

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	人参 玉葱
2	木	ホキ	1 0 倍がゆ	胡瓜 人参
3	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	胡瓜 トマト
4	土	うす	1 0 倍がゆ さつまいも	キャベツ
5	日			
6	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	大根
7	火	赤魚	1 0 倍がゆ	大根 人参
8	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	人参 白菜
9	木	キング	1 0 倍がゆ	トマト パナナ
10	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	人参 キャベツ
11	土	鮭	1 0 倍がゆ	りんご
12	日			
13	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉 じゃがいも	トマト
14	火	ホキ	1 0 倍がゆ さつま芋	人参
15	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ じゃがいも	ブロッコリー
16	木			
17	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	ホウレン草 人参
18	土	キング	1 0 倍がゆ	人参 キャベツ
19	日			
20	月	きな粉 絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	人参
21	火	わが	1 0 倍がゆ	グリーン缶 玉葱
22	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	ブロッコリー キャベツ
23	木	ホキ	1 0 倍がゆ	バナナ
24	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	西洋南瓜
25	土	赤魚	1 0 倍がゆ	胡瓜
26	日			
27	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	小松菜
28	火	絹ごし豆腐 キング	1 0 倍がゆ さつまいも	ホウレン草
29	水			
30	木	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	人参
	土			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。