

2026年 4月

予定献立表

月	火	水	木	金	土
中期		1 全粥 ササミと人参のあんかけ 玉葱のスープ	2 全粥 魚と人参のココロ煮 じゃがいもの味噌汁	3 全粥 豆腐と胡瓜の炒め煮 トマトピューレ	4 シラス粥 人参と玉葱のスープ さつまいもマッシュ
6 全粥 豆腐と人参のココロ煮 大根スープ	7 全粥 魚と人参のだし煮 豆腐の味噌汁	8 全粥 ササミと白菜の炒め煮 麴のスープ	9 全粥 魚のトマト煮 スライスバナナ	10 全粥 豆腐と人参のココロ煮 キャベツのスープ	11 全粥 魚と胡瓜の炒め煮 リンゴスライス
13 全粥 豆腐とトマトのココロ煮 ポテトマッシュ	14 全粥 魚と人参のココロ煮 さつまいもマッシュ	15 全粥 ササミとブロッコリーのココロ煮 じゃが芋のスープ	16 おべんとう 	17 全粥 豆腐とほうれん草の炒め煮 人参のスープ	18 全粥 魚と人参のココロ煮 キャベツのだし煮
20 きなこ粥 豆腐のココロ煮 人参とキャベツのスープ	21 全粥 白身魚の炒め煮 クリームコンスープ	22 全粥 ササミとブロッコリーの炒め煮 キャベツスープ	23 全粥 魚と野菜の炒め煮 スライスバナナ	24 全粥 豆腐と人参のココロ煮 かぼちゃ煮	25 全粥 魚と玉葱の炒め煮 胡瓜のココロ煮
27 全粥 豆腐のココロ煮 野菜の炒め煮	28 きなこ粥 魚と野菜の炒め煮 さつまいもマッシュ	29 昭和の日 	30 全粥 豆腐ソテー 人参のココロ煮		
7～8カ月の離乳食 この時期は、舌を上下に動かしてやわらかいかたまりを上顎におしつけてつぶしながら食べる練習をします。 離乳食の回数が2回/日になり、食べられる食材も増えて育児期となっています。 食べる量は、個人差があるので、お子さんのペースに合わせてあげましょう！！ 					

※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	サミ		人参 玉葱
2	木	ホキ 米味噌(甘みそ)	全粥 ジャがいも	人参
3	金	絹ごし豆腐	全粥 片栗粉	胡瓜 トマト
4	土	ササ	全粥 さつまいも	人参 玉葱
5	日			
6	月	絹ごし豆腐	全粥	人参 大根
7	火	赤魚 絹ごし豆腐 米味噌(甘みそ)	全粥	人参
8	水	サミ	全粥 おつゆ麩	白菜 ねぎ
9	木	キング	全粥	トマト パナナ
10	金	絹ごし豆腐	全粥	人参 キャベツ
11	土	鮭	全粥	胡瓜 りんご
12	日			
13	月	絹ごし豆腐	全粥 ジャがいも	トマト
14	火	ホキ	全粥 さつま芋	人参
15	水	サミ	全粥 ジャがいも	ブロッコリー
16	木			
17	金	絹ごし豆腐	全粥	ホウレン草 人参
18	土	キング	全粥	人参 キャベツ
19	日			
20	月	きな粉 絹ごし豆腐	全粥	人参 キャベツ
21	火	ワグ	全粥	人参 玉葱 クーロン缶
22	水	サミ	全粥	ブロッコリー キャベツ
23	木	ホキ	全粥	人参 玉葱 パナナ
24	金	絹ごし豆腐	全粥 片栗粉	人参 西洋南瓜
25	土	赤魚	全粥 片栗粉	玉葱 胡瓜
26	日			
27	月	絹ごし豆腐	全粥	人参 もやし 小松菜
28	火	きな粉 キング	全粥 さつまいも	キャベツ 人参 えのき
29	水			
30	木	絹ごし豆腐	全粥	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。