令和8年11月 離乳食完了期（12～18か月頃）予定献立表

京丹後市立保育所・こども園

日 曜	献　立	材　料　名
2 月	離乳食牛丼 青菜の磯和え　バナナ	米、牛肉、玉ねぎ、にんじん、しらたき、ねぎ、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 キャベツ、小松菜、にんじん、炊き込みわかめ、しょうゆ　バナナ
	牛乳（ミルク）　蒸し芋	さつまいも
4 水	軟飯～ご飯 雷豆腐 レモンサラダ　オレンジ	米 豆腐、豚ひき肉、ごま油、にんじん、グリンピース、しいたけ、玉ねぎ、砂糖、しょうゆ キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、砂糖　オレンジ
	牛乳（ミルク）　ベビーせんべい	ベビーせんべい
5 木	軟飯～ご飯 あかうおのケチャップ和え 野菜スープ　粉ふき芋	米 あかうお、片栗粉、油、昆布だし汁、ケチャップ、砂糖 玉ねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉　じゃが芋、あおのり、塩
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり
6 金	軟飯～ご飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ　バナナ	米 豚ひき肉、ごま油、小松菜、にんじん、砂糖、みそ、しょうゆ、片栗粉 豆腐、玉ねぎ、にんじん、しめじ、水、鶏がらスープの素　バナナ
	牛乳（ミルク）　ツナサンド	食パン、ツナ缶、マヨネーズ、パセリ粉
9 月	軟飯～ご飯 ラーメン 納豆みそ　バナナ	米 中華めん、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、水、鶏がらスープの素、しょうゆ、ごま油 納豆、豚ひき肉、ねぎ、ごま、みそ、砂糖、昆布だし汁　バナナ
	牛乳（ミルク）　スイートポテト	さつまいも、豆乳、しょうゆ、砂糖、みりん
10 火	軟飯～ご飯 さばの煮付　フライドポテト みそ汁	米 さば、砂糖、しょうゆ　じゃが芋、油 豆腐、玉ねぎ、キャベツ、にんじん、煮干だし汁、みそ
	牛乳（ミルク）　煮りんご	りんご、水
11 水	軟飯～ご飯 鶏バーグ オニオンスープ	米 鶏ひき肉、キャベツ、小松菜、にんじん、しょうゆ、米粉、ごま油 玉ねぎ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
	牛乳（ミルク）　バナナ	バナナ
12 木	軟飯～ご飯 ひじきのさらさ炒め 青菜のツナ和え　りんご	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、にんじん、グリンピース、油、砂糖、しょうゆ 小松菜、キャベツ、にんじん、ツナ缶、昆布だし汁、しょうゆ　りんご、水
	炊き込みおにぎり	米、鶏ひき肉、にんじん、ごぼう、しいたけ、しょうゆ、酒
13 金	軟飯～ご飯 さわらの西京焼き　ゆかり和え すまし汁	米 さわら、油、みそ、マヨネーズ、砂糖　キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ゆかり 玉ねぎ、にんじん、えのきたけ、わかめ、麸、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク）　かぼちゃプリン	かぼちゃ、豆乳、砂糖、ゼラチン、水
16 月	カレーライス コールスローサラダ　バナナ	米、鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、にんじん、グリンピース、油、カレー粉、鶏がらスープの素、ケチャップ、しょうゆ、水、米粉、コーンスターチ キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖　バナナ
	牛乳（ミルク）　ふのラスク	麸、油、砂糖
17 火	軟飯～ご飯 厚揚げの吉野煮 拌三糸　煮りんご	米 厚揚げ、鶏ひき肉、玉ねぎ、じゃが芋、にんじん、ねぎ、油、砂糖、しょうゆ、片栗粉 ビーフン、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油　りんご、水
	牛乳（ミルク）　ベビーせんべい	ベビーせんべい
18 水	軟飯～ご飯 さばのムニエル　ほうれん草のお浸し わかめスープ	米 さば、しょうゆ、みりん、片栗粉、油　ほうれん草、にんじん、かつお節、しょうゆ わかめ、玉ねぎ、豆腐、にんじん、しいたけ、ねぎ、水、鶏がらスープの素、ごま油
	牛乳（ミルク）　バナナ	バナナ
19 木	軟飯～ご飯 ハンバーグ しょうゆフレンチ　金時煮豆	米 牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油　金時豆、砂糖、しょうゆ
	きつねうどん	うどん、油揚げ、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ
20 金	軟飯～ご飯（ゆかり） 焼きそば 豆腐のみそ汁　バナナ	米、ゆかり 焼きそばめん、豚肉、キャベツ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、ソース、あおのり 豆腐、玉ねぎ、にんじん、わかめ、煮干だし汁、みそ　バナナ
	牛乳（ミルク）　焼きいも	さつまいも
24 火	軟飯～ご飯 肉じゃが 大根サラダ　煮りんご	米 牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、いんげん、油、しょうゆ、砂糖、昆布だし汁 大根、きゅうり、にんじん、わかめ、マヨネーズ、しょうゆ、昆布だし汁　りんご、水
	牛乳（ミルク）　ベビーせんべい	ベビーせんべい
25 水	離乳食チャーハン 鶏だんごスープ　オレンジ	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、ごま油、しょうゆ 鶏ひき肉、玉ねぎ、片栗粉、キャベツ、にんじん、水、鶏がらスープの素　オレンジ
	牛乳（ミルク）　おからのパンケーキ	おから、米粉、ベーキングパウダー、砂糖、水、油
26 木	軟飯～ご飯 大豆入りバーグ ナムル　ふのすまし汁	米 大豆、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、米粉、塩、油 小松菜、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油　玉ねぎ、にんじん、麸、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ
	さつまいもご飯おにぎり	米、さつまいも、塩、酒、ごま
27 金	軟飯～ご飯 さわらのキャロット焼き　きゃべつの磯香和え かぼちゃのみそ汁	米 さわら、油、にんじん、玉ねぎ、マヨネーズ、パセリ粉　キャベツ、小松菜、にんじん、のり、しょうゆ 玉ねぎ、かぼちゃ、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	牛乳（ミルク）　バナナ	バナナ
30 月	軟飯～ご飯（わかめ） トマトシチュー スパゲティサラダ　みかん	米 鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、グリンピース、油、ホールトマト、水、コンソメ、ケチャップ、米粉 スパゲティ、キャベツ、きゅうり、にんじん、ハム、マヨネーズ、酢、しょうゆ　みかん
	牛乳（ミルク）かぼちゃのお焼き	かぼちゃ、米粉、油、砂糖、しょうゆ

※　午前の間食時間には牛乳（ミルク）を飲みます。
※　使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。
※　都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

「歯みがき」していますか？

歯みがきは、お子さんを大人のひざの上に仰向けに寝かせ、毛先の軟らかい歯ブラシで、楽しみを作りながら、優しく磨いてあげましょう。