

令和8年9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
1 火	カレーライス	米、豚肉、玉ねぎ、じゃが芋、にんじん、ピーマン、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
	おまめツナのサラダ オレンジ	大豆、ツナ缶、キャベツ、きゅうり、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、酢 オレンジ
	牛乳（ミルク） ミートサンド	ロールパン、牛ひき肉、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、油、ケチャップ、ソース、砂糖、片栗粉、水
2 水	軟飯～ご飯	米
	おから入りナゲット きゅうりの酢の物	鶏ひき肉、おから、豆腐、玉ねぎ、コンソメ、片栗粉、油 きゅうり、ひじき、酢、砂糖、しょうゆ、昆布だし汁
	じゃがいものみそ汁	じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
3 木	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
	軟飯～ご飯	米
	白身魚のふんわりバーグ	さす、鶏ひき肉、豆腐、玉ねぎ、塩、片栗粉、油、ケチャップ、ソース、みりん
4 金	マカロニサラダ 金時煮豆	マカロニ、キャベツ、きゅうり、ハム、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、酢 金時豆、砂糖、しょうゆ
	豆乳クリームバナナ	豆乳、砂糖、米粉、バナナ
	軟飯～ご飯	米
7 月	豚肉と夏野菜のみそ炒め	豚ひき肉、玉ねぎ、じゃが芋、なす、にんじん、ピーマン、油、砂糖、みそ、ケチャップ
	豆腐のすまし汁 ぶどう	豆腐、麩、玉ねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ ぶどう
	牛乳（ミルク） かぼちゃのソフトクッキー	かぼちゃ、砂糖、油、米粉、片栗粉、ベーキングパウダー、塩
8 火	軟飯～ご飯	米
	肉じゃが	牛肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、グリーンピース、油、昆布だし汁、しょうゆ、砂糖
	ごま酢和え オレンジ	きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、酢、砂糖 オレンジ
9 水	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
	軟飯～ご飯	米
	焼きがんもどき	豆腐、鶏ひき肉、ひじき、しらす干し、にんじん、玉ねぎ、油、しょうゆ、砂糖、片栗粉、油
10 木	フライドポテト 野菜スープ	じゃが芋、油、塩 玉ねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
	夕焼けおにぎり	米、にんじん、しょうゆ、ごま油
	軟飯～ご飯	米
11 金	大豆入りミートボール	大豆、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油
	小松菜のナムル わかめスープ	小松菜、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油 わかめ、玉ねぎ、しいたけ、水、鶏がらスープの素
	牛乳（ミルク） なし	なし、水
14 月	軟飯～ご飯	米
	たらのタンドリー風 かぼちゃの含め煮	たら、カレー粉、マヨネーズ、ケチャップ、油 かぼちゃ、砂糖、しょうゆ、煮干だし汁
	すまし汁	豆腐、玉ねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、かつおだし汁、しょうゆ
15 火	牛乳（ミルク） はちみつレモン蒸しパン	米粉、ベーキングパウダー、はちみつ、油、砂糖、レモン、水
	軟飯～ご飯	米
	厚揚げの中華煮	厚揚げ、豚ひき肉、油、玉ねぎ、にんじん、水、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉、ごま油
16 水	レモンサラダ オレンジ	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） バナナ	バナナ
17 木	軟飯～ご飯	米
	トマトシチュー	鶏肉、玉ねぎ、にんじん、じゃが芋、グリーンピース、油、ホールトマト、水、コンソメ、ケチャップ、米粉
	春雨サラダ ぶどう	ハム、キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、昆布だし汁 ぶどう
18 金	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	米、しょうゆ、ごま、かつお節
	軟飯～ご飯	米
	鶏肉のさっぱり煮 揚げかぼちゃ	鶏肉、酢、しょうゆ、砂糖、水 かぼちゃ、油
19 土	みそ汁	キャベツ、玉ねぎ、にんじん、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
20 日	軟飯～ご飯	米
	さすのさつま揚げ	白身魚のすり身、豆腐、玉ねぎ、にんじん、みそ、砂糖、片栗粉、油
	しょうゆフレンチ オニオンスープ	キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 玉ねぎ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
21 月	牛乳（ミルク） ベビーせんべい	ベビーせんべい
	軟飯～ご飯	米
	シュウマイ 即席漬け	豚ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、塩、片栗粉、グリーンピース、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、昆布だし汁、塩こんぶ
22 火	中華スープ	豆腐、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、わかめ、ねぎ、水、鶏がらスープの素、しょうゆ
	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
23 水	軟飯～ご飯	米
	ポークビーンズ	豚肉、大豆、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、油、ケチャップ、砂糖、コンソメ、塩、水、パセリ粉
	キャベツの磯和え オレンジ	キャベツ、きゅうり、にんじん、炊き込みわかめ オレンジ
24 木	牛乳（ミルク） レモンラスク	食パン、レモン、砂糖、油
	軟飯～ご飯	米
	あんかけ	豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、ピーマン、パプリカ、しめじ、ごま油、鶏がらスープの素、しょうゆ、砂糖、米粉
25 金	豆腐スープ なし	豆腐、玉ねぎ、にんじん、にら、水、鶏がらスープの素 なし、水
	牛乳（ミルク） 焼きじゃが	じゃが芋、油、塩、あおのり
26 土	軟飯～ご飯	米
	マーボー豆腐	豆腐、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、にら、しいたけ、みそ、砂糖、しょうゆ、鶏がらスープの素、ごま油、水、片栗粉
	コールスローサラダ オレンジ	キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、油、砂糖 オレンジ
27 日	牛乳（ミルク） バナナ	バナナ
	軟飯～ご飯	米
	サラダ中華めん	焼きそばめん、油揚げ、きゅうり、にんじん、ひじき、かつおだし汁、しょうゆ、酢、砂糖、ごま油
28 月	納豆みそ バナナ	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） 焼きじゃが	じゃが芋、油、塩
29 火	軟飯～ご飯	米
	高野豆腐の五目煮	凍り豆腐、鶏肉、玉ねぎ、じゃが芋、にんじん、いんげん、しいたけ、油、かつおだし汁、しょうゆ、砂糖
	きゅうりの昆布和え なし	きゅうり、キャベツ、にんじん、塩こんぶ なし、水
30 水	ピピンバおにぎり	米、豚ひき肉、ねぎ、にんじん、ごま油、砂糖、しょうゆ
	軟飯～ご飯	米
	あかうおのレモンソース	あかうお、片栗粉、油、砂糖、酢、しょうゆ、レモン、パセリ粉
31 木	ゆかり和え かぼちゃのみそ汁	キャベツ、きゅうり、にんじん、ゆかり かぼちゃ、玉ねぎ、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	牛乳（ミルク） ぶのラスク	麩、油、砂糖

※ 午前間の食時間には牛乳（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。

離乳食の時間を楽しい時間にしましょう

食事の時は、「おいしいね」「上手に食べたね」「これは〇〇だよ」などと話しかけたり、大人も一緒に美味しく食事をする事で、食べる楽しさの体験ができます。楽しい食事の時間を作りましょう☆