令和8年10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 木	軟飯～ご飯 豆腐ハンバーグ　金時煮豆 マカロニサラダ	米 豚ひき肉、豆腐、玉ねぎ、米粉、片栗粉、塩、油　金時豆、砂糖、しょうゆ 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
	オレンジゼリー　ベビーせんべい	オレンジジュース、砂糖、かんてん、ゼラチン、水　ベビーせんべい
2 金	軟飯～ご飯（ゆかり） 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 レモンサラダ　オレンジ	米、ゆかり 厚揚げ、鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、にんじん、いんげん、油、砂糖、しょうゆ、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、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 月	カレーライス コールスローサラダ　オレンジ	米、牛肉、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　オレンジ
	豆乳もち	豆乳、片栗粉、きな粉、砂糖、塩
6 火	軟飯～ご飯 さばの味噌煮　即席漬け すまし汁	米 さば、みそ、砂糖、しょうゆ　キャベツ、きゅうり、にんじん、塩こんぶ、塩、酢 玉ねぎ、豆腐、にんじん、わかめ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ
	牛乳（ミルク）　ふかし芋	さつまいも
7 水	軟飯～ご飯 鶏肉のお焼き きゃべつのみそ汁	米 鶏ひき肉、きゅうり、ひじき、しょうゆ、米粉、ごま油 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
8 木	軟飯～ご飯（枝豆） ツナのトマトスパゲティ きのこスープ	米、えだまめ スパゲティ、玉ねぎ、ピーマン、ツナ缶、ホールトマト、油、ケチャップ、コンソメ、水、パセリ粉 豆腐、玉ねぎ、しめじ、しいたけ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
	さつまいもおにぎり	米、さつまいも、塩、ごま
9 金	軟飯～ご飯 ポークビーンズ ナムル　バナナ	米 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、小松菜、にんじん、しょうゆ、ごま、ごま油　バナナ
	牛乳(ミルク)　豆腐のパンケーキ	豆腐、米粉、豆乳、ベーキングパウダー、砂糖、油
13 火	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)　焼きじゃが	じゃが芋、油、塩、あおのり
14 水	軟飯～ご飯 さけのから揚げ　しょうゆフレンチ 野菜スープ	米 さけ、しょうゆ、片栗粉、油　キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、酢、油 玉ねぎ、じゃが芋、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、パセリ粉
	鶏そぼろおにぎり	米、鶏ひき肉、しょうゆ、あおのり
15 木	軟飯～ご飯 鶏肉のさっぱり煮 みそ汁	米 鶏肉、小松菜、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、水、米粉 玉ねぎ、じゃが芋、油揚げ、ねぎ、煮干だし汁、みそ
	牛乳(ミルク)　バナナ	バナナ
16 金	軟飯～ご飯 マーボー豆腐 きゅうりのツナサラダ　なし	米 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 きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、酢、油、砂糖、しょうゆ　なし、水
	牛乳(ミルク)　ふかし芋	さつまいも
19 月	軟飯～ご飯 五目うどん 納豆みそ　バナナ	米 うどん、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ 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)　かぼちゃプリン	かぼちゃ、豆乳、砂糖、ゼラチン、水
20 火	軟飯～ご飯 高野豆腐の中華風炒め煮 シルバーサラダ　オレンジ	米 凍り豆腐、豚肉、玉ねぎ、チンゲンサイ、にんじん、ごま油、鶏がらスープの素、砂糖、しょうゆ、片栗粉 はるさめ、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)　バナナ	バナナ
21 水	軟飯～ご飯 おから入りナゲット キャベツの香り漬け　オニオンスープ	米 鶏ひき肉、おから、豆腐、玉ねぎ、コンソメ、片栗粉、油 キャベツ、にんじん、塩、ごま、レモン、砂糖　玉ねぎ、にんじん、コンソメ、水、パセリ粉
	牛乳（ミルク）　ベビーせんべい	ベビーせんべい
22 木	軟飯～ご飯 さわらのマヨネーズ焼き　ゆかり和え すまし汁	米 さわら、油、玉ねぎ、マヨネーズ、パセリ粉　キャベツ、にんじん、ゆかり 玉ねぎ、ほうれん草、にんじん、麸、かつおだし汁、しょうゆ
	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
23 金	軟飯～ご飯 炒り豆腐 小松菜のナムル　なし	米 豆腐、鶏肉、玉ねぎ、にんじん、グリンピース、しいたけ、油、砂糖、しょうゆ 小松菜、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、酢、ごま油　なし、水
	牛乳（ミルク）　ベビーせんべい	ベビーせんべい
26 月	ドライカレーライス ブロッコリーサラダ　オレンジ	米、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、カレー粉、コンソメ、ケチャップ、米粉 ブロッコリー、キャベツ、にんじん、マヨネーズ、しょうゆ、酢　オレンジ
	牛乳(ミルク)　ふのラスク	麸、油、砂糖
27 火	軟飯～ご飯 さわらのごま焼き　フライドポテト 豚汁	米 さわら、しょうゆ、砂糖、ごま　じゃが芋、油、塩 豚肉、玉ねぎ、にんじん、ねぎ、油、煮干だし汁、みそ
	牛乳(ミルク)　りんご	りんご、水
28 水	軟飯～ご飯 大豆入りミートボール きゃべつの磯和え　さつまいものレモン煮	米 大豆、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、炊き込みわかめ　さつまいも、砂糖、レモン
	フルーツヨーグルト	無糖ヨーグルト、りんご、水、バナナ
29 木	軟飯～ご飯 さばのカレー風味　すまし汁 切り干しナポリタン	米 さば、米粉、カレー粉、砂糖、しょうゆ　玉ねぎ、豆腐、にんじん、わかめ、ねぎ、かつおだし汁、しょうゆ 切干だいこん、ウインナーソーセージ、玉ねぎ、にんじん、ピーマン、油、ケチャップ、砂糖
	牛乳(ミルク)　バナナ	バナナ
30 金	軟飯～ご飯 ハロウィングラタン コーンスープ　オレンジ	米 じゃが芋、かぼちゃ、豚ひき肉、玉ねぎ、にんじん、水、ケチャップ、しょうゆ、米粉、チーズ クリームコーン、しいたけ、にんじん、玉ねぎ、ねぎ、水、鶏がらスープの素、片栗粉　オレンジ
	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。

完了期は自分で食べる楽しみが増えます！
手に持ちやすいものを準備しましょう。ごはんは小さな俵型にすると、持ちやすいです。

1歳すぎると牛乳を飲むことも可能です！
離乳が順調に進んでいる場合は、間食の時間帯に牛乳（又はミルク）を飲みましょう。