

令和8年7月 ひよこ組よていこんだてひょう



おおくぼ保育園



日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃 9～11か月頃(後期)	午後おやつ 14:30頃 9～11か月頃 (後期)	使用する主な食材		
				I	II	III
				血や肉や骨に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの
1 ／ 水	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と野菜の煮物 わかめのみそ汁	果物(黄桃) 乳児用菓子	豆腐/わかめ/ みそ	米/片栗粉	キャベツ/小松 菜/人参/ねぎ/ 黄桃缶
2 ／ 木	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と根菜の煮物 ポテトコンスープ	ツナわかめおにぎり	豆腐/わかめ/ ツナ	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/大根/玉 ねぎ/コーン
3 ／ 金	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とじゃがいもの煮物 きのこのみそ汁	冷やしうどん	豆腐/みそ/ツ ナ	米/片栗粉/ じゃがいも/砂 糖/ごま	人参/玉ねぎ/ しめじ/トマト/ コーン
6 ／ 月	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とキャベツの煮物 大根のみそ汁	フルーツゼリー	豆腐/みそ	米/片栗粉	キャベツ/小松 菜/人参/玉ね ぎ/大根/フ ルーツゼリー
7 ／ 火	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と青菜の煮物 ビーフンスープ	星空ゼリー	豆腐/粉寒天	米/片栗粉/ ビーフン/砂糖	ほうれん草/人 参/コーン/ね ぎ/黄桃缶/ぶ どうジュース
8 ／ 水	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 白身魚と人参の煮物 クリームコンスープ	わかめおにぎり	白身魚/わかめ	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/コーン/ク リームコーン
9 ／ 木	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とじゃがいもの煮物 わかめスープ	ポパイパンがゆ	豆腐/わかめ/ 牛乳	米/片栗粉/パ ン/じゃがいも	人参/玉ねぎ/ えのき茸
10 ／ 金	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 白身魚とかぼちゃの煮物 なすのみそ汁	芋ようかん	白身魚/みそ/ 粉寒天	米/片栗粉/さ つまいも/砂糖	かぼちゃ/人参 /ほうれん草/ なす/コーン/り んごジュース
13 ／ 月	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とじゃがいもの煮物 キャベツのみそ汁	かぼちゃおにぎり	豆腐/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも/さ つまいも	キャベツ/玉ね ぎ/かぼちゃ
14 ／ 火	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と根菜の煮物 大根のみそ汁	きな粉ケーキ	豆腐/きな粉/ スキムミルク/ 牛乳/みそ	米/片栗粉/パ スター/砂糖/小 麦粉	大根/人参/玉 ねぎ/ねぎ
15 ／ 水	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と人参の煮物 青菜のみそ汁	ツナわかめうどん	豆腐/わかめ/ ツナ/みそ	米/片栗粉/う どん	人参/玉ねぎ/ もやし/トマト/ 小松菜
16 ／ 木	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐となすの煮物 オニオンスープ	みそじゃが	豆腐/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも/砂 糖/ごま	なす/玉ねぎ/ 人参/コーン

日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃	午後おやつ 14:30頃	使用する主な食材		
		9～11か月頃(後期)	9～11か月頃 (後期)	I	II	III
				血や肉や骨に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの
17 ／ 金	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と青菜の煮物 海藻のすまし汁	かぼちゃパンがゆ	豆腐/わかめ	米/片栗粉/パ ン/さつまいも	人参/玉ねぎ/ ほうれん草/ね ぎ/かぼちゃ
21 ／ 火	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と人参のトマト煮 クリームコーンスープ	果物(黄桃) 乳児用菓子	豆腐	米/片栗粉	人参/キャベツ/ ピーマン/トマ ト/コーン/黄桃 缶
22 ／ 水	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 白身魚と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁	とうもろこし おにぎり	白身魚/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも	大根/人参/小 松菜/玉ねぎ/ とうもろこし
23 ／ 木	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とじゃがいもの煮物 キャベツスープ	豆乳プリン	豆腐/粉寒天/ 豆乳	米/片栗粉/ じゃがいも/砂 糖	人参/玉ねぎ/ キャベツ/コー ン/りんごとも ものジュレ
24 ／ 金	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と夏野菜の煮物 とうがンのみそ汁	おかかおにぎり	豆腐/かつお節/ 青のり/みそ	米/片栗粉	なす/トマト/い んげん/とうが ん/万能ねぎ
27 ／ 月	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 白身魚と根菜の煮物 春雨スープ	フルーツゼリー	白身魚	米/片栗粉/春 雨	大根/人参/椎 茸/青梗菜/フ ルーツゼリー
28 ／ 火	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と人参の煮物 ほうれん草のみそ汁	ささみとかぼちゃの うどん	豆腐/ささみ/ みそ	米/片栗粉/う どん	人参/玉ねぎ/ 椎茸/ほうれん 草/かぼちゃ
29 ／ 水	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と根菜の煮物 わかめスープ	ホットケーキ	豆腐/わかめ/ 牛乳/スキムミ ルク	米/片栗粉/小 麦粉/バター/ 砂糖	大根/人参/ コーン/玉ねぎ
30 ／ 木	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐と人参の煮物 キャベツのみそ汁	人参ゼリー	豆腐/粉寒天/ みそ	米/片栗粉/砂 糖	人参/かぼちゃ /青菜/キャベ ツ/玉ねぎ/み かんジュース
31 ／ 金	麦茶または牛乳 乳児用菓子	軟飯 豆腐とキャベツの煮物 ポテトスープ	フルーツ 豆乳ヨーグルト	豆腐/豆乳ヨー グルト	米/片栗粉/ じゃがいも	キャベツ/人参 /コーン/青梗 菜/りんご缶/ 黄桃缶

令和8年7月 ひよこ組よていこんだてひょう



おおくぼ保育園



日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃 7～8か月頃(中期)	午後おやつ 14:30頃 7～8か月頃 (中期)	使用する主な食材		
				I	II	III
				血や肉や骨に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの
1 ／ 水	麦茶	7倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 わかめのみそ汁	ミルク	豆腐/わかめ/ みそ	米/片栗粉	キャベツ/小松 菜/人参/ねぎ
2 ／ 木	麦茶	7倍がゆ 豆腐と根菜の煮物 ポテトコーンスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/大根/玉 ねぎ/コーン
3 ／ 金	麦茶	7倍がゆ 豆腐とじゃがいもの煮物 きのこのみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/玉ねぎ/ しめじ
6 ／ 月	麦茶	7倍がゆ 豆腐とキャベツの煮物 大根のみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	キャベツ/小松 菜/人参/玉ね ぎ/大根/フ ルーツゼリー
7 ／ 火	麦茶	7倍がゆ 豆腐と青菜の煮物 ビーフンスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉/ ビーフン	ほうれん草/人 参/コーン/ね ぎ
8 ／ 水	麦茶	7倍がゆ 白身魚と人参の煮物 クリームコーンスープ	ミルク	白身魚	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/コーン/ク リームコーン
9 ／ 木	麦茶	7倍がゆ 豆腐とじゃがいもの煮物 わかめスープ	ミルク	豆腐/わかめ	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/玉ねぎ/ えのき茸
10 ／ 金	麦茶	7倍がゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 なすのみそ汁	ミルク	白身魚/みそ	米/片栗粉	かぼちゃ/人参 /ほうれん草/ なす/コーン
13 ／ 月	麦茶	7倍がゆ 豆腐とじゃがいもの煮物 キャベツのみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも	キャベツ/玉ね ぎ
14 ／ 火	麦茶	7倍がゆ 豆腐と根菜の煮物 大根のみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	大根/人参/玉 ねぎ/ねぎ
15 ／ 水	麦茶	7倍がゆ 豆腐と人参の煮物 青菜のみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	人参/玉ねぎ/ もやし/トマト/ 小松菜
16 ／ 木	麦茶	7倍がゆ 豆腐となすの煮物 オニオンスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉	なす/玉ねぎ/ 人参/コーン

日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃	午後おやつ 14:30頃	使用する主な食材		
		7～8か月頃(中期)	7～8か月頃 (中期)	I	II	III
				血や肉や骨に なるもの	熱や力に なるもの	体の調子を 整えるもの
17 ／ 金	麦茶	7倍がゆ 豆腐と青菜の煮物 海藻のすまし汁	ミルク	豆腐/わかめ	米/片栗粉	人参/玉ねぎ/ ほうれん草/ね ぎ
21 ／ 火	麦茶	7倍がゆ 豆腐と人参のトマト煮 クリームコーンスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉	人参/キャバツ /ピーマン/トマ ト/コーン
22 ／ 水	麦茶	7倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 じゃがいものみそ汁	ミルク	白身魚/みそ	米/片栗粉/ じゃがいも	大根/人参/小 松菜/玉ねぎ
23 ／ 木	麦茶	7倍がゆ 豆腐とじゃがいもの煮物 キャバツスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉/ じゃがいも	人参/玉ねぎ/ キャバツ/コー ン
24 ／ 金	麦茶	7倍がゆ 豆腐と夏野菜の煮物 とうがンのみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	なす/トマト/い んげん/とうが ん/万能ねぎ
27 ／ 月	麦茶	7倍がゆ 白身魚と根菜の煮物 春雨スープ	ミルク	白身魚	米/片栗粉/春 雨	大根/人参/椎 茸/青梗菜
28 ／ 火	麦茶	7倍がゆ 豆腐と人参の煮物 ほうれん草のみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	人参/玉ねぎ/ 椎茸/ほうれん 草
29 ／ 水	麦茶	7倍がゆ 豆腐と根菜の煮物 わかめスープ	ミルク	豆腐/わかめ	米/片栗粉	大根/人参/ コーン/玉ねぎ
30 ／ 木	麦茶	7倍がゆ 豆腐と人参の煮物 キャバツのみそ汁	ミルク	豆腐/みそ	米/片栗粉	人参/かぼちゃ /青菜/キャバ ツ/玉ねぎ
31 ／ 金	麦茶	7倍がゆ 豆腐とキャバツの煮物 ポテトスープ	ミルク	豆腐	米/片栗粉/ じゃがいも	キャバツ/人参 /コーン/青梗 菜

令和8年7月 ひよこ組よていこんだてひょう



おおくぼ保育園



日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃	午後おやつ 14:30頃	使用する食材		
		5～6か月頃(初期)	5～6か月頃 (初期)	I	II	III
				魚・肉・豆・ 乳製品・海藻	穀類・いも類	野菜・果物
1 ／ 水	麦茶	10倍がゆ 豆腐・小松菜ペースト	ミルク	豆腐	米	小松菜
2 ／ 木	麦茶	10倍がゆ 豆腐・じゃがいもペースト	ミルク	豆腐	米/じゃがいも	
3 ／ 金	麦茶	10倍がゆ 豆腐・玉ねぎペースト	ミルク	豆腐	米	玉ねぎ
6 ／ 月	麦茶	10倍がゆ 豆腐・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
7 ／ 火	麦茶	10倍がゆ 豆腐・ほうれん草ペースト	ミルク	豆腐	米	ほうれん草
8 ／ 水	麦茶	10倍がゆ 白身魚・じゃがいもペースト	ミルク	豆腐	米/じゃがいも	
9 ／ 木	麦茶	10倍がゆ 豆腐・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
10 ／ 金	麦茶	10倍がゆ 白身魚・かぼちゃペースト	ミルク	豆腐	米	かぼちゃ
13 ／ 月	麦茶	10倍がゆ 豆腐・じゃがいもペースト	ミルク	豆腐	米/じゃがいも	
14 ／ 火	麦茶	10倍がゆ 豆腐・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
15 ／ 水	麦茶	10倍がゆ 豆腐・青菜ペースト	ミルク	豆腐	米	青菜
16 ／ 木	麦茶	10倍がゆ 豆腐・玉ねぎペースト	ミルク	豆腐	米	玉ねぎ

日 ／ 曜	朝おやつ 9:00頃	離乳食10:30頃	午後おやつ 14:30頃	使用する食材		
		5～6か月頃(初期)	5～6か月頃 (初期)	I	II	III
				魚・肉・豆 乳製品 海藻	穀類・いも類	野菜・果物
17 ／ 金	麦茶	10倍がゆ 豆腐・青菜ペースト	ミルク	豆腐	米	青菜
21 ／ 火	麦茶	10倍がゆ 豆腐・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
22 ／ 水	麦茶	10倍がゆ 白身魚・じゃがいもペースト	ミルク	豆腐	米/じゃがいも	
23 ／ 木	麦茶	10倍がゆ 豆腐・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
24 ／ 金	麦茶	10倍がゆ 豆腐・トマトペースト	ミルク	豆腐	米	トマト
27 ／ 月	麦茶	10倍がゆ 白身魚・人参ペースト	ミルク	豆腐	米	人参
28 ／ 火	麦茶	10倍がゆ 豆腐・玉ねぎペースト	ミルク	豆腐	米	玉ねぎ
29 ／ 水	麦茶	10倍がゆ 豆腐・青菜ペースト	ミルク	豆腐	米	青菜
30 ／ 木	麦茶	10倍がゆ 豆腐・玉ねぎペースト	ミルク	豆腐	米	玉ねぎ
31 ／ 金	麦茶	10倍がゆ 豆腐・じゃがいもペースト	ミルク	豆腐	米/じゃがいも	