



献立表

2025年11月
こじか福祉会 離乳食

日	曜	午前後期	初期	中期	午後後期
1	土	お粥 さつまいもの煮物 豆腐のみそ汁	豆腐	豆腐	お粥 野菜のチーズ煮 みそ汁
2	日				
3	月				
4	火	お粥 カレイの味噌煮 すまし汁	魚	チーズ	チーズ粥 根菜の煮物 みそ汁
5	水	お粥 炒り豆腐 みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 カレイの煮付け みそ汁
6	木	お粥 白身魚の照り焼き みそ汁	魚	魚	お粥 さつまいものチーズ焼き みそ汁
7	金	お粥 豆腐のトロトロ煮 みそ汁 ヨーグルト	豆腐	チーズ	お粥 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁
8	土	さつま芋とほうれん草のドリア 野菜の煮物	魚	魚	お粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁
9	日				
10	月	カレイのお粥 野菜の煮浸し みそ汁	魚	魚	お粥 南瓜のそぼろ煮 みそ汁
11	火	お粥 鶏肉と根菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 野菜の味噌煮 豆腐のすまし汁
12	水	お粥 野菜のそぼろ煮 みそ汁	魚	チーズ	チーズドリア 温野菜 スープ
13	木	お粥 豆腐の味噌煮 すまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁
14	金	チーズ粥 じゃが芋の煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイの塩焼き みそ汁
15	土	お粥 さつまいもの煮物 豆腐のみそ汁	豆腐	豆腐	お粥 野菜のチーズ煮 みそ汁
16	日				
17	月	お粥 豆腐の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏雑炊 南瓜の煮物
18	火	お粥 カレイの味噌煮 すまし汁	魚	チーズ	チーズ粥 根菜の煮物 みそ汁
19	水	お粥 炒り豆腐 みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 カレイの煮付け みそ汁
20	木	お粥 白身魚の照り焼き みそ汁	魚	魚	お粥 さつまいものチーズ焼き みそ汁
21	金	お粥 豆腐のトロトロ煮 みそ汁 ヨーグルト	豆腐	チーズ	お粥 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁
22	土	さつま芋とほうれん草のドリア 野菜の煮物	魚	魚	お粥 カレイと野菜の煮物 みそ汁
23	日				
24	月				
25	火	お粥 鶏肉と根菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 野菜の味噌煮 豆腐のすまし汁
26	水	お粥 野菜のそぼろ煮 みそ汁	魚	チーズ	チーズドリア 温野菜 スープ
27	木	お粥 豆腐の味噌煮 すまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁
28	金	チーズ粥 じゃが芋の煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイの塩焼き みそ汁
29	土	お粥 さつまいもの煮物 豆腐のみそ汁	豆腐	豆腐	お粥 野菜のチーズ煮 みそ汁
30	日				

◎後期食は午前か午後のどちらかにフルーツがつきます。

◎初期食・中期食は、午前中のたんぱく源のみ記載してあります。