



献立表

2026年01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	木				
2	金				
3	土				
4	日				
5	月	お粥 豆腐の煮物 野菜の味噌汁	豆腐	豆腐	チキンドリア 湯野菜 かぶスープ
6	火	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁
7	水	お粥 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	豆腐	チーズ	お粥 さつま芋のチーズ焼き キャベツスープ
8	木	カレイのお粥 根菜の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と南瓜の煮物 みそ汁
9	金	お粥 つくね焼き みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 豆腐とじゃが芋の煮物 みそ汁
10	土	チーズ粥 キャベツと人参の味噌煮 すまし汁	魚	チーズ	鶏雑炊 さつまいも煮
11	日				
12	月				
13	火	お粥 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 カレイの味噌煮 すまし汁
14	水	野菜とさつま芋のドリア スープ ヨーグルト	豆腐	チーズ	お粥 根菜のそぼろあんかけ みそ汁
15	木	お粥 カレイの照り焼き みそ汁	魚	魚	チーズ粥 かぼちゃの煮物 みそ汁
16	金	お粥 根菜の味噌煮 豆腐のすまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜の旨煮 みそ汁
17	土	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁	魚	チーズ	さつまいものチーズドリア 湯野菜
18	日				
19	月	お粥 豆腐の煮物 野菜の味噌汁	豆腐	豆腐	チキンドリア 湯野菜 かぶスープ
20	火	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁
21	水	お粥 豆腐の野菜あんかけ みそ汁	豆腐	チーズ	お粥 さつま芋のチーズ焼き キャベツスープ
22	木	カレイのお粥 根菜の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と南瓜の煮物 みそ汁
23	金	お粥 つくね焼き みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 豆腐とじゃが芋の煮物 みそ汁
24	土	チーズ粥 キャベツと人参の味噌煮 すまし汁	魚	チーズ	鶏雑炊 さつまいも煮
25	日				
26	月	お粥 豆腐ステーキ オニオンスープ	豆腐	豆腐	お粥 かぶと人参の煮物 鶏団子汁
27	火	お粥 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 カレイの味噌煮 すまし汁
28	水	野菜とさつま芋のドリア スープ ヨーグルト	豆腐	チーズ	お粥 根菜のそぼろあんかけ みそ汁
29	木	お粥 カレイの照り焼き みそ汁	魚	魚	チーズ粥 かぼちゃの煮物 みそ汁
30	金	お粥 根菜の味噌煮 豆腐のすまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜の旨煮 みそ汁
31	土	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁	魚	チーズ	さつまいものチーズドリア 湯野菜

◎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。