



# 献立表

2026年06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	月	カレイ粥 野菜の煮浸し みそ汁	魚	魚	南瓜とほうれん草のドリア 人参スープ
2	火	お粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏粥 ジャガイモの煮物 みそ汁
3	水	チーズ粥 さつまいもと野菜の煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイの照り焼き みそ汁
4	木	豆腐の味噌雑炊 南瓜の煮物 ヨーグルト	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜のそぼろ煮 みそ汁
5	金	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁	魚	魚	お粥 豆腐と野菜の味噌煮 すまし汁
6	土	かぶとキャベツのチーズドリア 人参スープ	豆腐	チーズ	カレイ雑炊 さつまいも煮
7	日				
8	月	お粥 南瓜のチーズ焼き キャベツスープ	魚	チーズ	カレイ粥 人参とかぶの煮物 みそ汁
9	火	お粥 豆腐の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏粥 野菜の煮物 みそ汁
10	水	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	チーズ粥 さつまいもと野菜の煮物 野菜スープ
11	木	お粥 野菜の味噌煮 豆腐入りすまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁
12	金	お粥 カレイの煮付け みそ汁	魚	魚	お粥 豆腐とキャベツの煮物 みそ汁
13	土	豆腐と人参の雑炊 野菜スープ	豆腐	チーズ	野菜雑炊 さつまいもと野菜の煮物
14	日				
15	月	カレイ粥 野菜の煮浸し みそ汁	魚	魚	南瓜とほうれん草のドリア 人参スープ
16	火	豆腐の味噌雑炊 ジャガイモの煮物 ヨーグルト	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜のそぼろ煮 みそ汁
17	水	チーズ粥 さつまいもと野菜の煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイの照り焼き みそ汁
18	木	お粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏粥 南瓜の煮物 みそ汁
19	金	お粥 カレイの野菜あんかけ みそ汁	魚	魚	お粥 豆腐と野菜の味噌煮 すまし汁
20	土	かぶとキャベツのチーズドリア 人参スープ	豆腐	チーズ	カレイ雑炊 さつまいも煮
21	日				
22	月	お粥 南瓜のチーズ焼き キャベツスープ	魚	チーズ	カレイ粥 人参とかぶの煮物 みそ汁
23	火	お粥 豆腐の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏粥 野菜の煮物 みそ汁
24	水	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	チーズ粥 さつまいもと野菜の煮物 野菜スープ
25	木	お粥 野菜の味噌煮 豆腐入りすまし汁	豆腐	豆腐	お粥 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁
26	金	お粥 カレイの煮付け みそ汁	魚	魚	お粥 豆腐とキャベツの煮物 みそ汁
27	土	豆腐と人参の雑炊 野菜スープ	豆腐	チーズ	野菜雑炊 さつまいもと野菜の煮物
28	日				
29	月	カレイ粥 野菜の煮浸し みそ汁	魚	魚	南瓜とほうれん草のドリア 人参スープ
30	火	お粥 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	鶏粥 ジャガイモの煮物 みそ汁

◎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。