



献立表

2026年07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	水	チーズ粥 野菜の煮物 みそ汁	魚	チーズ	白身魚のドリア さつまいも煮 ヨーグルト
2	木	チキンドリア 温野菜 人参スープ	豆腐	豆腐	お粥 豆腐の野菜あんかけ みそ汁
3	金	お粥 カレイと根菜のやわらか煮 みそ汁	魚	魚	野菜雑炊 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁
4	土	さつまいもの雑炊 豆腐と野菜の具沢山味噌汁	豆腐	豆腐	お粥 白身魚と野菜のスープ煮
5	日				
6	月	お粥 豆腐と野菜の味噌煮 すまし汁	豆腐	豆腐	チーズ粥 南瓜の煮物 みそ汁
7	火	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉とかぶの煮物 みそ汁
8	水	お粥 根菜の味噌煮 豆腐のすまし汁	豆腐	豆腐	さつまいものドリア 野菜の煮物
9	木	チーズ粥 南瓜とキャベツの煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイのムニエル キャベツスープ
10	金	お粥 鶏肉の麻婆豆腐 オニオンスープ	豆腐	豆腐	野菜リゾット じゃが芋のバター煮
11	土	カレイの味噌雑炊 野菜の煮物	魚	魚	お粥 さつまいものチーズ煮 野菜スープ
12	日				
13	月	お粥 野菜と豆腐の旨煮 みそ汁	豆腐	豆腐	チーズ粥 野菜のトロトロ煮 みそ汁
14	火	カレイの雑炊 じゃが芋の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁
15	水	チーズ粥 野菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	白身魚のドリア さつまいも煮 ヨーグルト
16	木	お粥 カレイと根菜のやわらか煮 みそ汁	魚	魚	野菜雑炊 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁
17	金	チキンドリア 温野菜 人参スープ	豆腐	チーズ	お粥 豆腐の野菜あんかけ みそ汁
18	土	お粥 白身魚と野菜のスープ煮	魚	魚	さつまいもの雑炊 豆腐と野菜の具沢山味噌汁
19	日				
20	月				
21	火	お粥 カレイの塩焼き みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉とかぶの煮物 みそ汁
22	水	お粥 根菜の味噌煮 豆腐のすまし汁	豆腐	豆腐	さつまいものドリア 野菜の煮物
23	木	チーズ粥 南瓜とキャベツの煮物 みそ汁	魚	チーズ	お粥 カレイのムニエル キャベツスープ
24	金	お粥 鶏肉の麻婆豆腐 オニオンスープ	豆腐	豆腐	野菜リゾット じゃが芋のバター煮
25	土	カレイの味噌雑炊 野菜の煮物	魚	魚	お粥 さつまいものチーズ煮 野菜スープ
26	日				
27	月	お粥 野菜と豆腐の旨煮 みそ汁	豆腐	豆腐	チーズ粥 野菜のトロトロ煮 みそ汁
28	火	カレイの雑炊 じゃが芋の煮物 みそ汁	魚	魚	お粥 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁
29	水	チーズ粥 野菜の煮物 みそ汁	豆腐	豆腐	お粥 白身魚と野菜の煮物 みそ汁
30	木	お粥 カレイと根菜のやわらか煮 みそ汁	魚	魚	野菜雑炊 鶏肉とじゃが芋の煮物 みそ汁
31	金	チキンドリア 温野菜 人参スープ	豆腐	チーズ	お粥 豆腐の野菜あんかけ 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。