



# 令和8年 1 月 離乳食献立表



日付		曜日	午前おやつ	昼食		おやつ	
				後期食	刻み食・普通食	後期食	刻み食・普通食
5	19	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	コーンおかゆ 松風焼き ひじきの煮物 みそ汁	コーンごはん 松風焼き ひじきの煮物 みそ汁	育児ミルク又は麦茶 5日 りんごとさつまいものきんとん 19日 おかし	牛乳 5日 りんごとさつまいものきんとん 19日 おかし
6	20	火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	サイコロ食パン ジャーマンポテト トマトスープ	牛乳 スティック食パン ジャーマンポテト トマトスープ	育児ミルク又は麦茶 6日 鶏肉のおかゆ 20日 ごまおかゆ	麦茶 6日 鶏肉のおかゆ 20日 いなりずし
	21	水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ごまおかゆ レバーのソテー マカロニサラダ みそ汁	ごまごはん レバーのソテー マカロニサラダ みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	牛乳 フルーチェ おかし
8	22	木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	豚キャベツ大麦麺 里芋の煮っころがし	豚キャベツ大麦麺 里芋の煮っころがし ラッシー	育児ミルク又は麦茶 マヨトースト	麦茶 たらこトースト
9	23	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ケチャップあんかけ粥 ブロッコリーとコーンのサラダ	キーマカレー ブロッコリーとコーンのサラダ ラッシー	育児ミルク又は麦茶 9日さつまいも汁粉 23日お麩のお雑煮	麦茶 9日さつまいも汁粉 23日お麩のお雑煮
10	24	土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	豚肉とわかめのうどん ポテトサラダ	豚肉とわかめのうどん ポテトサラダ	麦茶 おかし フルーツ	麦茶 おかし フルーツ
	26	月	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ごまおかゆ ヤンニウムチキン 春雨サラダ 中華スープ	ごまごはん ヤンニウムチキン 春雨サラダ 中華スープ	育児ミルク又は麦茶 おかし フルーツ	牛乳 おかし フルーツ
13	27	火	育児ミルク又は麦茶 お菓子	サイコロ食パン 冬野菜グラタン 野菜スープ	牛乳 スティック食パン 冬野菜グラタン 野菜スープ	育児ミルク又は麦茶 人参おかゆ	麦茶 かやくごはん
14	28	水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ごまおかゆ 生姜焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁	ごまごはん 生姜焼き ほうれん草のおかか和え みそ汁	育児ミルク又は麦茶 おかし	ラッシー おかし
15	29	木	育児ミルク又は麦茶 お菓子	ごまおかゆ 白身魚の味噌煮 炒り豆腐 きりたんぼ汁	ごまごはん 鯖の味噌煮 炒り豆腐 きりたんぼ汁	育児ミルク又は麦茶 焼きそば	牛乳 焼きそば
16	30	金	育児ミルク又は麦茶 お菓子	醤油ラーメン 白菜とささみのごまマヨ和え	醤油ラーメン 白菜とささみのごまマヨ和え ラッシー	育児ミルク又は麦茶 きなこトースト	麦茶 きなこトースト
17	31	土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	レタスチャーハン(おかゆ) 海藻サラダ 中華スープ	レタスチャーハン 海藻サラダ 中華スープ	麦茶 おかし フルーツ	麦茶 おかし フルーツ
誕生会	7	水	育児ミルク又は麦茶 お菓子	青菜とじゃこのおかゆ もちごめしゅうまい みかんかん 納豆汁	青菜とじゃこのおかゆ もちごめしゅうまい みかんかん 納豆汁	育児ミルク又は麦茶 パンケーキ	牛乳 パンケーキ