



2026年1月 離乳食献立表



完了期	
12～18カ月頃 (昼食・午後おやつ)	
5日 19日 (月)	軟飯 ツナじゃが煮 ひじきのごまサラダ みそ汁(豆腐,わかめ) 煮りんご
	駄ラスク 牛乳
	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ
	牛乳
6日 20日 (火)	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ
7日 21日 (水)	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ
8日 22日 (木)	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ
9日 (金)	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ
10日 24日 (土)	軟飯 カレーの磯焼き もやしのおかか和え(竹輪,ゆかり抜き)
	みそ汁(かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ
	牛乳寒天(ココア抜き) / ハイハイ

完了期	
12～18カ月頃 (昼食・午後おやつ)	
26日 (月)	軟飯 厚揚げとキャベツの炒め物(にんにく抜き) もやしの中華サラダ 中華スープ(白菜,にら) オレンジ チーズクッキー 牛乳
	軟飯 鶏肉の照りマヨ焼き 大根のカレー風味炒め(切干大根⇒大根) みそ汁(わかめ,白菜) 煮りんご ピザポテト 牛乳
	軟飯 たらもの甘酢あんかけ(揚げ⇒焼き) おかか納豆和え みそ汁(もやし,しめじ) バナナヨーグルト さつま芋の甘煮 牛乳
	ロールパン ポークビーンズ キャベツサラダ かぼちゃのミルクスープ(かぼちゃ,玉ねぎ,小松菜) (スキムミルク抜き) オレンジ ひじきおにぎり 麦茶
	ロールパン かぼちゃグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜,ブロッコリー) いちご ひじきおにぎり 麦茶
	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
13日 27日 (火)	軟飯 鶏肉の照りマヨ焼き 大根のカレー風味炒め(切干大根⇒大根) みそ汁(わかめ,白菜) 煮りんご ピザポテト 牛乳
	軟飯 たらもの甘酢あんかけ(揚げ⇒焼き) おかか納豆和え みそ汁(もやし,しめじ) バナナヨーグルト さつま芋の甘煮 牛乳
	ロールパン ポークビーンズ キャベツサラダ かぼちゃのミルクスープ(かぼちゃ,玉ねぎ,小松菜) (スキムミルク抜き) オレンジ ひじきおにぎり 麦茶
14日 28日 (水)	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
	ロールパン かぼちゃグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜,ブロッコリー) いちご ひじきおにぎり 麦茶
	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
15日 (木)	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
	ロールパン かぼちゃグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜,ブロッコリー) いちご ひじきおにぎり 麦茶
	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
16日 30日 (金)	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
	ロールパン かぼちゃグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜,ブロッコリー) いちご ひじきおにぎり 麦茶
	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
17日 31日 (土)	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳
	ロールパン かぼちゃグラタン 大根サラダ コンソメスープ(白菜,ブロッコリー) いちご ひじきおにぎり 麦茶
	軟飯 さけのごま焼き 小松菜サラダ みそ汁(なす,油揚げ) バナナ スイートポテト 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆完了期の朝おやつのはビスケットとせんべいはハイハイとなります。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。