



## 2026年1月離乳食 完了期献立表



こばと保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ
5	月	バナナ牛乳	あんかけ軟飯 レタスとえのきのスープ 野菜煮 みかん	バナナ 米 鶏もも肉 ジャガ芋 玉ねぎ 人参 南瓜 レタス えのき キャベツ きゅうり コーン缶 みかん ホットケーキ粉 甘納豆 牛乳	小豆入り蒸しパン 牛乳
19	月	バナナ牛乳	軟飯 根菜汁 鶏肉の竜田揚げ ちくわと野菜煮 みかん	バナナ 米 豆腐 里芋 人参 ごぼう 長ねぎ 大根 鶏もも肉 青梗菜 ちくわ ひじき みかん ホットケーキ粉 チーズ 牛乳	チーズ入りパンケーキ 牛乳
6 20	火	南瓜ボーロ牛乳	トースト ほうれん草と人参のスープ 野菜入りミートボール ツナと野菜煮 グレープフルーツ	食パン ほうれん草 玉ねぎ 人参 ウィンナー 豚ひき肉 グリンピース缶 コーン缶 牛乳 南瓜 カリフラワー ツナ缶 グレープフルーツ ヨーグルト みかん缶 バナナ	フルーツヨーグルト 麦茶
7 21	水	ハイハイイン牛乳	軟飯 きのこのあんかけ汁 つくね ささみと野菜煮 煮りんご	米 エリンギ まいたけ えのき 人参 小松菜 豚ひき肉 キャベツ ささみ りんご (7日)米 七草 牛乳 (21日)米 牛乳	七草がゆ(7日) 牛乳 味噌おじや(21日) 牛乳
8 22	木	南瓜ボーロ牛乳	けんちんうどん チーズ揚げ餃子 バナナ	茹でうどん 鶏もも肉 大根 人参 ごぼう 長ねぎ 里芋 ほうれん草 餃子の皮 切ってるチーズ バナナ 食パン きな粉 牛乳	きなこトースト 牛乳
9 23	金	ハイハイイン牛乳	軟飯 豆腐とえのきのすまし汁 カレイの味噌煮 卵の花 スティックきゅうり みかん	米 豆腐 えのき 長ねぎ カレイ おから ごぼう 人参 干しいたけ 万能ねぎ きゅうり みかん さつま芋 小豆 牛乳	さつま芋入りおしるこ 牛乳
10 24	土	ハイハイイン牛乳	あんかけ軟飯 もやしとわかめの味噌汁 南瓜煮 バナナ	米 豚ひき肉 玉ねぎ ピーマン 人参 キャベツ 麸 わかめ もやし 南瓜 バナナ 食パン 牛乳	シュガートースト 牛乳
26	月	バナナ牛乳	軟飯 小松菜となめこの味噌汁 鶏肉のケチャップ煮 ひじきと野菜煮 かぶ煮 みかん	バナナ 米 小松菜 なめこ 長ねぎ 鶏もも肉 ひじき 人参 たけのこ ごぼう 油揚げ かぶ かぶ葉 みかん マカロニ クリームコーン缶 牛乳	クリームマカロニ 牛乳
13	火	南瓜ボーロ牛乳	軟飯 麺とわかめの澄まし汁 鶏肉のみぞ焼き 野菜煮 みかん	米 麺 わかめ 万能ねぎ 鶏もも肉 ブロッコリー コーン缶 いんげん みかん ホットケーキ粉 牛乳	ホットケーキ 牛乳
27	火	南瓜ボーロ牛乳	チーズトースト 青梗菜のスープ 豚ひき肉のトマト煮 野菜煮 グレープフルーツ	食パン ピザ用チーズ 青梗菜 えのき 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 トマト缶 ジャガ芋 きゅうり ツナ缶 グレープフルーツ ホットケーキ粉 きな粉 牛乳	きな粉入りパンケーキ 牛乳
14 28	水	ハイハイイン牛乳	軟飯 大根の味噌汁 鮭の塩焼き 野菜煮 煮りんご	米 大根 万能ねぎ えのき 鮭 もやし ほうれん草 人参 りんご ホットケーキ粉 ツナ缶 玉ねぎ ピザ用チーズ 牛乳	ツナとチーズの蒸しパン 牛乳
15 29	木	南瓜ボーロ牛乳	煮込みうどん 野菜煮 バナナ	茹でうどん 豚ひき肉 長ねぎ キャベツ 人参 もやし ニラ コーン缶 たけのこ きくらげ 絹さや ごぼう バナナ りんごジュース 牛乳	りんごゼリー ハイハイイン 牛乳
16 30	金	ハイハイイン牛乳	軟飯 キャベツと生揚げの味噌汁 ひき肉とさつま芋煮 野菜煮 みかん	米 キャベツ 万能ねぎ 生揚げ 豚ひき肉 さつま芋 玉ねぎ いんげん 人参 みかん 食パン ピザ用チーズ 牛乳	チーズトースト 牛乳
17 31	土	ハイハイイン牛乳	ほうとううどん じゃが芋煮 バナナ	茹でうどん 鶏もも肉 南瓜 人参 大根 ごぼう 長ねぎ 白菜 しめじ ほうれん草 じゃが芋 バナナ 米 わかめ 牛乳	わかめ雑炊 牛乳

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。