



# 2026年 1月 離乳食メニュー



		初期 6ヶ月	中期7~8ヶ月	完了期 12~18ヶ月	完了おやつ
1	木				
2	金				
3	土				
4	日				
5	月	お粥 カレイ・人参・たまねぎ	お粥 カレイ・人参とたまねぎ 野菜のお汁	ご飯 赤魚の野菜煮 なめこの味噌汁	ふわふわチップ
6	火	お粥 豆腐・人参・小松菜 みかん	お粥 鶏肉・人参・小松菜 野菜のお汁 みかん	ご飯 鶏と野菜のとろ煮 小松菜の味噌汁 みかん	りんごホットケーキ
7	水	お粥 しらす・人参・キャベツ	しらす粥 鶏肉・人参・キャベツ 野菜のお汁	しらすご飯 鶏の野菜煮 そうめんのお汁	七草粥
8	木	お粥 カレイ・たまねぎ・ほうれん草	お粥 カレイ・たまねぎ・ほうれん草 野菜のお汁	ご飯 鰯の野菜煮 野菜のお汁	マカロニきな粉
9	金	しらすとほうれん草のうどん 豆腐と人参 りんご	しらすとほうれん草のうどん 豆腐と人参 りんご	しらすと野菜のうどん 豆腐の野菜煮 りんご	パン粥
10	土	お粥 豆腐・たまねぎ・白菜	お粥 豆腐・たまねぎ・白菜 野菜のお汁	ご飯 ミンチの野菜煮 白菜の味噌汁	赤ちゃんせんべい
11	日				
12	月				
13	火	お粥 カレイ・さつまいも・ブロッコリー	お粥 カレイ・さつまいも・ブロッコリー 豆乳のお汁	ご飯 赤魚の野菜煮 豆乳みそ汁	赤ちゃんせんべい
14	水	お粥 しらす・人参・ほうれん草 オレンジ	お粥 しらす・人参・ほうれん草 野菜のお汁 オレンジ	納豆ご飯 牛肉の野菜煮 野菜のお汁 オレンジ	おにぎり
15	木	お粥 豆腐・たまねぎ・ほうれん草	お粥 豆腐・たまねぎ・ほうれん草 野菜のお汁	ご飯 鮭の野菜煮 わかめの味噌汁	おにぎり
16	金	お粥 しらす・じゃがいも・小松菜 バナナ	お粥 鶏肉・じゃがいも・小松菜 野菜のお汁 バナナ	ご飯 鶏の野菜煮 ジャガイもの味噌汁 バナナ	ホットケーキ
17	土	お粥 カレイ・人参・ほうれん草	お粥 カレイ・人参・ほうれん草 野菜のお汁	鶏とひじきの混ぜご飯 なめこの味噌汁	ふわふわチップ
18	日				
19	月	お粥 しらす・人参・じゃがいも	お粥 しらす・人参・じゃがいも 野菜のお汁	ご飯 豚の野菜煮 かんぴょうの味噌汁	パン粥
20	火	お粥 豆腐・たまねぎ・白菜 りんご	お粥 豆腐・たまねぎ・白菜 野菜のお汁 りんご	ご飯 鮭の野菜煮 豆腐のお汁 りんご	ホットケーキ
21	水	お粥 しらす・人参・たまねぎ	お粥 鶏肉・人参・たまねぎ 野菜のお汁	しらすご飯 鶏の野菜煮 きのこの味噌汁	赤ちゃんせんべい
22	木	お粥 カレイ・人参・キャベツ バナナ	お粥 ささみ・人参・キャベツ 野菜のお汁 バナナ	ご飯 ささみの野菜煮 野菜のお汁 バナナ	おにぎり
23	金	お粥 しらす・大根・ほうれん草	お粥 しらす・大根・ほうれん草 野菜のお汁	ご飯 豚の野菜煮 わかめの味噌汁	おにぎり
24	土	お粥 カレイ・たまねぎ・かぼちゃ	お粥 鶏肉・たまねぎ・かぼちゃ 野菜のお汁	ご飯 鶏と野菜のとろ煮 かぼちゃの味噌汁	ふわふわチップ
25	日				
26	月	お粥 しらす・大根・チンゲン菜	お粥 しらす・大根・チンゲン菜 野菜のお汁	ご飯 鮭の野菜煮 ぶた汁	豆腐ナゲット
27	火	お粥 カレイ・人参・ブロッコリー オレンジ	お粥 カレイ・人参・ブロッコリー 野菜のお汁 オレンジ	ご飯 ミンチの野菜煮 野菜のお汁 オレンジ	ホットケーキ
28	水	ベビーフード	ベビーフード	お弁当	赤ちゃんせんべい
29	木	お粥 しらす・じゃがいも・白菜	しらすお粥 鮭・じゃがいも・白菜 野菜のお汁	しらすご飯 鮭の野菜煮 わかめのお汁	ホットケーキ
30	金	しらすとほうれん草のうどん ジャガイも りんご	しらすとほうれん草のうどん レバーとじゃがいも りんご	豚と野菜のうどん レバーとじゃがいも りんご	パン粥
31	土	お粥 カレイ・人参・ほうれん草	お粥 カレイ・人参・ほうれん草 野菜のお汁	ご飯 牛肉の野菜煮 たまねぎの味噌汁	ふわふわチップ

※弁当日は初期～後期は衛生面を考慮し、園がベビーフードをご用意します。

完了期はお弁当をご持参頂きますようお願い致します。

※お弁当にりんごを入れる場合は、給食と同様に加熱して喉に詰まりにくい柔らかさにしてください。

※食材の都合により、変更になる場合があります。