



# 1月離乳食献立表(中期食)



2026年イトンちどり保育園

日	曜	朝おやつ	昼食	3時おやつ
1	木		元旦	
2	金			
3	土			
4	日			
5	月	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜のコトコト煮、大根サラダ コロコロ野菜、スープ、みかん	さつまいもとりんごのきんとん
6	火	バナナ	鮭の蒸し焼き、かぶの和え物、コロコロ野菜、スープ	しらす入り雑炊
7	水	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜の蒸し煮、七草入り和え物 コロコロ野菜、スープ	ふかし芋
8	木	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜のだし煮、小松菜のしらす和え コロコロ野菜、スープ、煮りんご	米粉蒸しパン
9	金	赤ちゃんお菓子	鶏肉の蒸し焼き、ブロッコリー、コロコロ野菜、スープ	やわらか食パン
10	土	赤ちゃんお菓子	スパゲティ、粉ふきいも、コロコロ野菜、みかん	赤ちゃんお菓子
11	日			
12	月		成人の日	
13	火	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜の煮物、マカロニサラダ コロコロ野菜、スープ	煮りんご
14	水	スティックパン	さわらの蒸し焼き、ほうれん草の和え物 コロコロ野菜、スープ、みかん	じゃがいもコロコロ
15	木	バナナ	鶏肉とカラフルソース、ブロッコリーサラダ コロコロ野菜、スープ	やさいのおやき
16	金	赤ちゃんお菓子	鶏肉の蒸し焼き、大根の和え物、コロコロ野菜、スープ	米粉ホットケーキ
17	土	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜の雑炊、コロコロ野菜、バナナ	蒸しパン
18	日			
19	月	バナナ	鶏肉と野菜のだし煮、キャベツサラダ、コロコロ野菜 スープ、みかん	米粉蒸しパン
20	火	赤ちゃんお菓子	五目煮風、小松菜の和え物、コロコロ野菜、スープ	赤ちゃんお菓子
21	水	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜のコトコト煮、野菜サラダ コロコロ野菜、スープ、煮りんご	豆腐入りホットケーキ
22	木	赤ちゃんお菓子	肉じゃが風、白菜の和え物、コロコロ野菜、スープ	やわらか食パン
23	金	赤ちゃんお菓子	鮭の蒸し焼き、にんじんとピーマンのきんぴら風、納豆 コロコロ野菜、スープ	さつまいもコロコロ
24	土	赤ちゃんお菓子	煮込みうどん、青菜の和え物、コロコロ野菜、バナナ	赤ちゃんお菓子
25	日			
26	月	赤ちゃんお菓子	しゅうまい風、野菜サラダ、コロコロ野菜、スープ	蒸しパン
27	火	赤ちゃんお菓子	さわらの野菜ソース和え、ポテトサラダ コロコロ野菜、スープ、バナナ	やさいのおやき
28	水	スティックパン	鶏肉と野菜の炒め煮、キャベツのサラダ コロコロ野菜、スープ	かぼちゃコロコロ
29	木	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜のだし煮、じゃがいものサラダ コロコロ野菜、スープ、煮りんご	煮込みうどん
30	金	赤ちゃんお菓子	鶏肉と野菜の蒸し煮、大根サラダ コロコロ野菜、スープ、みかん	ホットケーキ
31	土	赤ちゃんお菓子	野菜雑炊、コロコロ野菜、バナナ	ふかし芋

\* 行事・食材の都合により献立が変更になる場合がありますので、ご了承ください。

