

2月献立表



2024年度

曜日	日付	朝食	昼食	主な材料			夕食	おやつ(午前)	おやつ(午後)
				血や肉になる	熱や力になる	調子を整える			
月	3・17	御飯 3日 いわしの丸干し 17日 鶏肉のオイスターソース焼き ひじき煮 味噌汁	3日 いわし 0~2歳 かじき 17日 鶏肉 大豆、油揚げ	七分搗米	ブロッコリー、ひじき 人参、さつまいも いんげん、水菜 長ねぎ	ベーコンライス 野菜スティック 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	3日 ほうじ茶 太巻、小魚せんべい 17日 牛乳 鬼まんじゅう、こぶ	
火	4・18	御飯 麻婆春雨 菜の花ナムル 中華スープ 果物	豚ひき肉 ハム 豆腐	七分搗米 ゴマ	春雨、エリンギ 白菜、赤パプリカ グリーンピース 人参、もやし、菜の花 チンゲン菜、オレソジ	御飯 鶏のトマト煮 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	豆乳 バナナヨーグルト 小魚	
水	5・19	御飯 鮭の塩麹焼き ポテトサラダ 味噌汁	鮭 ハム	七分搗米	人参、じゃがいも きゅうり、コーン 大根、きゃべつ わかめ	御飯 スタミナ炒め 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 おやつパン するめ	
木	6・20	御飯 れんこんカレーライス 花野菜サラダ 味噌汁 果物	豚肉	七分搗米	じゃがいも、玉ねぎ 人参、れんこん カリフラワー ブロッコリー、コーン ほうれん草、りんご	御飯 かぶのそぼろ煮 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 セサミスコーン 干し芋	
金	7・21	御飯 かじき竜田揚げ 酢の物 味噌汁	かじき	七分搗米	さつまいも、人参 きゃべつ、きゅうり わかめ、かぶ かぶの葉、えのき	じゃこ御飯 バナナ 豚汁	ほうじ茶 ビスケット	ほうじ茶 おかかチーズ御飯 小魚せんべい	
土	8・22	ピラフ マカロニサラダ 味噌汁 果物	鶏肉 ハム	七分搗米 マカロニ	玉ねぎ、人参 ピーマン、きゅうり きゃべつ、さつまいも バナナ		ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 ナポリタン するめ	
月	10	鶏そぼろ丼 和風和え 味噌汁 果物	鶏ひき肉 油揚げ	七分搗米	コーン、いんげん レタス、大根 人参、きゅうり えのき、かぼちゃ いちご	御飯 肉豆腐 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 チーズトースト こぶ	
火	25	御飯 八宝菜 中華サラダ ワンタンスープ	豚肉 なると ハム	七分搗米 ワンタンの皮	白菜、玉ねぎ、人参 しめじ、コーン いんげん、たけのこ もやし、チンゲン菜 しいたけ、ニラ	御飯 肉じゃが 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 わかめ御飯 チーズ	
水	12・26	御飯 鶏のボン酢焼き 田舎煮 味噌汁	鶏肉 さつまいも 豆腐	七分搗米	南瓜、里芋 人参、しいたけ ごぼう、いんげん なめこ、葉ねぎ	ハヤシライス バナナ 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 豆乳プリンきなこ黒蜜かけ ミニパン	
木	13・27	御飯 鰯大根 白菜サラダ 味噌汁 果物	鰯 ハム	七分搗米	大根、白菜 人参、きゅうり コーン、小松菜 里芋、長ねぎ バナナ	御飯 鶏のちゃん ちゃん焼き 清汁	ほうじ茶 ビスケット	牛乳 じゃがいもおやき 小魚せんべい	
金	14・28	納豆御飯 鯖の照焼き 切干大根煮 味噌汁	納豆 鯖 油揚げ	七分搗米	菜の花、人参 切干大根、ごぼう いんげん、白菜 みつば	豚丼 野菜スティック 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	14日 牛乳 あずきマフィン するめ 28日 牛乳 誕生日ケーキ	
土	1・15	御飯 豚の生姜焼き さつまいもサラダ 味噌汁	豚肉 ハム	七分搗米	玉ねぎ、ピーマン もやし、さつまいも きゅうり、人参 なす、しめじ		ほうじ茶 クラッカー	ほうじ茶 ジャムパン するめ	

朝食を希望する場合は、お問い合わせください。

*仕入れの都合による献立変更の際は、ご了承ください。

*乳児は食べやすい大きさに刻んで提供しています。

*献立表の中で初めて食べる食材がある場合、ご家庭で一度お試しください。

*体調の変化などありましたらお申し出ください。

*0・1歳には桜えびではなく、しらすを提供します。

《 午前おやつ・昼食・午後おやつあたりの平均栄養量 》

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
3歳以上児	556	26.6	15.6	83.8	254	3.0	260	0.51	0.45	52
3歳未満児	447	21.4	12.5	67.0	204	2.3	209	0.41	0.35	42

2月 離乳食予定献立表



2024年度

曜日	日付	5~6ヶ月離乳食	7~8ヶ月離乳食	9~11ヶ月離乳食		12ヶ月~完了	
				午後おやつ		午前おやつ	午後おやつ
月	3・17	おもゆ~つぶし粥 野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ 豆腐 成長に応じて提供 させていただきます。	3分~7分粥 <small>3日白身魚とブロッコリー煮 17日ささみひき肉とブロッコリー煮</small> さつまい煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 <small>3日白身魚とブロッコリー煮 17日鶏団子とブロッコリー煮</small> ひじき煮 味噌汁 おじゃ	軟飯~御飯 3日かじき照焼き刻み 17日鶏肉オイスターソース焼き刻み ひじき煮刻み 味噌汁 ウエハース <small>3日からし味噌 小魚せんべい 17日焼まんじゅう こぶ</small>		
火	4・18		3分~7分粥 ささみひき肉と赤パプリカ煮 白菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と赤パプリカ煮 春雨酢の物 味噌汁 オレンジ	軟飯~御飯 麻婆春雨刻み 菜の花ナムル刻み 中華スープ 果物 クッキー ハナヨーグルト <small>するめ</small>		
水	5・19		3分~7分粥 白身魚とじゃが芋煮 きゃべつの煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とじゃが芋のケチャップ煮 きゃべつの煮浸し 味噌汁 煮込みうどん	軟飯~御飯 鮭の塩麴焼き刻み ポテトサラダ刻み 味噌汁 クラッカー おやつパン <small>するめ</small>		
木	6・20		3分~7分粥 ささみひき肉とカリフラワー煮 ほうれん草煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とカリフラワー煮 ほうれん草煮浸し 味噌汁 りんご煮	れんこんカレーライス刻み(軟飯~御飯) 花野菜サラダ刻み 味噌汁 果物 ウエハース セサミスコーン <small>こぶ</small>		
金	7・21		3分~7分粥 白身魚とかぶ煮 マッシュポテト 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とかぶ煮 じゃが芋煮 味噌汁 おじゃ	軟飯~御飯 かじき竜田揚げ刻み 酢の物刻み 味噌汁 ビスケット おかかチーズ御飯 <small>小魚せんべい</small>		
土	8・22			全粥 肉団子とさつまい煮 マカロニソテー 味噌汁 おじゃ	ピラフ(軟飯~御飯) マカロニサラダ刻み 味噌汁 果物 クッキー ナポリタン <small>するめ</small>		
月	10	おもゆ~つぶし粥 野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ 豆腐 成長に応じて提供 させていただきます。	3分~7分粥 ささみひき肉と大根煮 南瓜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と大根煮 南瓜煮 味噌汁 いちご	そぼろ丼(軟飯~御飯) 和風和え刻み 味噌汁 果物 クラッカー チーズトースト <small>こぶ</small>		
火	25		3分~7分粥 ささみひき肉と白菜煮 チンゲン菜煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と白菜煮 チンゲン菜煮 味噌汁 おじゃ	軟飯~御飯 八宝菜刻み 中華サラダ刻み ワンタンスープ クッキー わかめ御飯 <small>チーズ</small>		
水	12・26		3分~7分粥 ささみひき肉と南瓜煮 ブロッコリーのくず煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と南瓜煮 豆腐煮 味噌汁 煮込みうどん	軟飯~御飯 鶏のボン酢焼き刻み 田舎煮刻み 味噌汁 ウエハース 豆乳プリンきなこ黒蜜がけ <small>こぶ</small>		
木	13・27		3分~7分粥 白身魚とかぶ煮 小松菜煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とかぶ煮 小松菜煮浸し 味噌汁 ハナナ	軟飯~御飯 鱈大根刻み 白菜サラダ刻み 味噌汁 果物 ビスケット じゃが芋お焼き <small>小魚せんべい</small>		
金	14・28		3分~7分粥 白身魚とピーマン煮 じゃが芋煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とピーマンのケチャップ煮 切干大根の酢の物 味噌汁 おじゃ	納豆御飯(軟飯~御飯) 鱈の照り焼き刻み 切干大根煮刻み 味噌汁 ウエハース 14日あずきマフィン <small>するめ 28日誕生日ケーキ</small>		
土	1・15			全粥 肉団子と黄パプリカ煮 さつまい煮 味噌汁 おじゃ	軟飯~御飯 豚の生姜焼き刻み さつまいサラダ刻み 味噌汁 クラッカー ジャムパン <small>するめ</small>		