

2月献立表



***** 2025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	2・16	朝食を希望する場合は、お問い合わせください。	御飯 鶏の塩麹焼き (2日 4.5歳 イワシの丸干し) 筑前煮 味噌汁	鶏肉 (2日 4.5歳 イワシ) ちくわ	七分搗米	小松菜 人參 里芋 れんこん ごぼう しいたけ インゲン 豆苗 きゃべつ もやし	御飯 肉じゃが 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	牛乳 カレーチーストースト 小魚
火	3・17		御飯 (3日 豚のやわらか煮) (17日 トンカツ) 切干大根煮 味噌汁	豚肉 さつま揚げ (17日 卵)	七分搗米	(3日 チンゲン菜) (17日 ブロッコリー) 切干大根 油揚げ 人參 ごぼう インゲン まいだけ 玉ねぎ わかめ	御飯 焼き鳥風 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 (3日 ちらしご飯) (17日 鮭わかめ御飯) チーズ
水	4・18		御飯 鮭のきのこソース フレンチサラダ 味噌汁	鮭 ハム 豆腐	七分搗米	えのき しめじ エリンギ 玉ねぎ ピーマン 人參 コーン きゃべつ きゅうり 油揚げ 長ネギ なす	御飯 野菜炒め 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 あずきパンケーキ こぶ
木	5・19		根菜カレーライス りんごサラダ コンソメスープ 果物	豚肉	七分搗米	れんこん ごぼう 人參 大根 玉ねぎ きゃべつ コーン きゅうり りんご 白菜 人參 もやし みかん	炒飯 野菜スティック 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	ほうじ茶 やきそば 干し芋
金	6・20		御飯 鯖の青のり焼き 大根そぼろ煮 味噌汁	鯖 青のり 鶏ひき肉	七分搗米	人參 大根 インゲン じゃがいも えのき 玉ねぎ	御飯 鶏のオースターソース炒め 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	牛乳 スイートポテト 小魚せんべい
土	7・21		ハヤシライス マカロニサラダ コンソメスープ 果物	豚肉 ハム	白米 マカロニ	人參 グリンピース きゅうり コーン 玉ねぎ ほうれん草 りんご		ほうじ茶 クラッカー	ほうじ茶 おはぎ するめ
月	9		納豆御飯 豚とひじきの団子スープ ほうれん草のごま和え 果物	納豆 豚ひき肉	七分搗米 ごま	人參 長ネギ 白菜 春雨 小松菜 ひじき えのき ほうれん草 油揚げ いちご	御飯 肉豆腐 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 トマトパスタ するめ
火	10・24		御飯 麻婆春雨 切干大根サラダ 中華スープ	豚ひき肉 ハム	七分搗米	春雨 しいたけ 人參 白菜 ニラ 切干大根 コーン きゅうり チンゲン菜 わかめ 長ネギ	チキンライス 果物 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 お好み焼き 小魚せんべい
水	25		御飯 鯖の味噌煮 わかめ酢の物 清汁	鯖 豆腐 ちくわ	七分搗米	しょうが かぼちゃ きゃべつ きゅうり わかめ みつば 長ネギ	御飯 そぼろあんかけ 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	牛乳 フルーツ寒天 ミニパン
木	12・26		御飯 ミートローフ パスタサラダ コンソメスープ	豚ひき肉 卵 ツナ	七分搗米 スパゲティ	人參 コーン 長ネギ インゲン パプリカ きゅうり きゃべつ 玉ねぎ	御飯 鶏のコンソメ煮 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	ほうじ茶 なめ茸御飯 チーズ
金	13・27		御飯 ぶりの生巻焼き わかめともやしナムル 味噌汁	ぶり	七分搗米	さつまいも しょうが わかめ もやし 人參 きゅうり しめじ かぶ はねぎ	御飯 チンジャオロース 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 ココア蒸しパン (27日 お誕生日ケーキ) こぶ
土	14・28		チキンライス ジャーマンポテト 味噌汁 果物	鶏肉 ベーコン	白米	人參 玉ねぎ ピーマン じゃがいも パセリ 大根 インゲン バナナ		ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 さつまいも御飯 するめ

*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	535	25.1	15.5	79.2	235	2.8	293	0.57	0.42	40
3歳未満児	453	20.5	12.9	68.0	189	2.2	236	0.44	0.34	32

2月 離乳食予定献立表



2025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	2・16	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 ささみひき肉と小松菜煮 キャベツ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と小松菜煮 キャベツ煮 味噌汁 おじや		軟飯～御飯 鶏の塩麴焼き刻み 筑前煮刻み 味噌汁	
火	3・17		3分～7分粥 ささみひき肉とチンゲン菜煮 ブロッコリー煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とチンゲン菜煮 切干大根煮 味噌汁 煮込みうどん		軟飯～御飯 (3日 豚のやわらか煮刻み)(17日 トンカツ刻み) 切干大根煮刻み 味噌汁	
水	4・18		3分～7分粥 白身魚とピーマン煮 ナスの煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とピーマンのケチャップ煮 ナスの煮浸し 味噌汁 おじや		軟飯～御飯 鮭のきのこソース刻み フレンチサラダ刻み 味噌汁	
木	5・19		3分～7分粥 ささみひき肉と大根煮 白菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と大根煮 白菜煮 味噌汁 みかん		根菜カレーライス刻み(軟飯～御飯) りんごサラダ刻み コンソメスープ 果物	
金	6・20		3分～7分粥 白身魚とじゃがいも煮 大根煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とじゃがいも煮 大根煮 味噌汁 さつま芋煮		軟飯～御飯 鰯の青のり焼き刻み 大根そぼろ煮刻み 味噌汁	
土	7・21			全粥 肉団子と玉ねぎ煮 ほうれん草煮 味噌汁 りんご煮		ハヤシライス(軟飯～御飯) マカロニサラダ刻み コンソメスープ 果物	
月	9	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 ささみひき肉と小松菜煮 白菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と小松菜煮 ひじき煮 味噌汁 いちご		納豆御飯(軟飯～御飯) 豚とひじきの団子スープ ほうれん草のごま和え刻み 果物	
火	10・24		3分～7分粥 ささみひき肉とキャベツ煮 チンゲン菜煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と切干大根煮 春雨酢の物 味噌汁 おじや		軟飯～御飯 麻婆春雨刻み 切干大根サラダ刻み 中華スープ	
水	25		3分～7分粥 白身魚と南瓜煮 キャベツ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とキャベツ煮 豆腐煮 味噌汁 かぼちゃ煮		軟飯～御飯 サバの味噌煮刻み わかめ酢の物刻み 清汁	
木	12・26		3分～7分粥 ささみ挽肉とパプリカ煮 玉ねぎ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とパスタのケチャップ煮 パプリカ煮 味噌汁 煮込みうどん		軟飯～御飯 ミートローフ刻み パスタサラダ刻み コンソメスープ	
金	13・27		3分～7分粥 白身魚とかぶ煮 さつま芋煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とかぶ煮 さつま芋煮 味噌汁 おじや		軟飯～御飯 鰯のしょうが焼き刻み わかめともやしナムル刻み 味噌汁	
土	14・28			全粥 肉団子とピーマン煮 大根煮 味噌汁 バナナ		チキンライス(軟飯～御飯) ジャーマンポテト刻み 味噌汁 果物	

クッキー さつまいも御飯