

2024年度 2月 離乳食予定献立表



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 3日白身魚とブロッコリー煮 17日鶏ささみひき肉とブロッコリー煮 さつまいも煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 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 さつまいも煮・味噌汁 おじや	御飯(軟飯〜御飯) 3日かじき焼き 17日鶏肉オイスターソース焼き ひじき煮 味噌汁 ウエハース	3日ちらしずし 子魚せんべい 17日鬼まんじゅう・こぶ	
火	4・18		3分〜7分粥 鶏ささみひき肉と白菜煮 青梗菜の煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と青梗菜煮 白菜の酢の物 味噌汁 みかん	御飯(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	バナナヨーグルト 小魚	
水	5・19		3分〜7分粥 白身魚と大根煮 じゃがいも煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と大根煮 じゃがいも煮 味噌汁 煮込みうどん	御飯(軟飯〜御飯) 鮭の塩麹焼き刻み ポテトサラダ刻み 味噌汁	クラッカー おやつパン するめ	
木	6・20		3分〜7分粥 鶏ささみひき肉とほうれん草煮 カリフラワーくず煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とほうれん草ケチャップ煮 カリフラワー煮 味噌汁 煮りんご	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 干し芋	
金	7・21		3分〜7分粥 白身魚とかぶ煮 キャベツ煮びたし 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とかぶ煮 きゃべつ煮 味噌汁 おじや	御飯(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 小魚せんべい	
土	3・22			全粥 鶏団子と玉ねぎ煮 マカロニソテー 味噌汁 バナナ	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 するめ	
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 ささみひき肉となす煮 大根やわらか煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子となす煮 大根煮 味噌汁 いちご	鶏そぼろ丼(軟飯〜御飯) 和風おえ刻み 味噌汁 果物 クラッカー	チーズトースト こぶ	
火	25		3分〜7分粥 鶏ささみひき肉と人参煮 白菜の煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と人参煮 白菜の酢の物 味噌汁 おじや	御飯(軟飯〜御飯) 八宝菜刻み 中華サラダ刻み ワントンスープ クッキー	わかめ御飯 チーズ	
水	12・26		3分〜7分粥 豆腐ときゃべつ煮 南瓜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子といんげん煮 南瓜煮 味噌汁 煮込みうどん	御飯(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	豆乳プリンきな粉かけ ミニパン	
木	13・27		3分〜7分粥 白身魚とじゃがいも煮 小松菜煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とじゃがいも煮 小松菜煮 味噌汁 オレンジ	御飯(軟飯〜御飯) 鱈大根刻み 白菜サラダ刻み 味噌汁・果物 ウエハース	じゃがいものおやき 小魚せんべい	
金	14・28		3分〜7分粥 鶏ささみひき肉とさつまいも煮 人参やわらか煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とさつまいも煮 切干大根煮 味噌汁 オレンジ	納豆御飯(軟飯〜御飯) 鰯の照り焼き刻み 切干大根煮刻み 果物 ウエハース	14日あすきマフィン するめ 28日誕生日会	
土	1・15			全粥 肉団子ともやし煮 人参煮 味噌汁 おじや	御飯(軟飯〜御飯) 豚の生姜焼き刻み さつまいもサラダ刻み 味噌汁 クラッカー	ジャムパン するめ	

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 いわし丸干し 17日 鶏肉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) 大豆、油あげ 17日 鶏肉 大豆、油あげ	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 長ネギ	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 太巻き、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	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 鮭の塩麴焼き 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、キャベツ 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	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 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 酢物 味噌汁	かじき	七分搗米	さつまいも、人参 キャベツ、きゅうり わかめ、かぶ かぶの葉、えのき	じゃこ炒飯 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 キャベツ、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	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	七分搗米 ワンタンの皮	白菜、玉ねぎ 人参、しめじ 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	かぼちゃ、里芋 人参、しいたけ ごぼう、いんげん なめこ、葉ネギ	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がけ 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、長ネギ	御飯 鶏のちゃんちゃん炒め 清汁	ほうじ茶 ビスケット	牛乳 じゃがいものおやき 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 油あげ	七分搗米	菜の花、人参 切干大根、ごぼう いんげん、白菜 みつ菜	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	
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 ナス、しめじ	/	ほうじ茶 クラッカー	28日 誕生日会 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	529	26.3	14.8	79.1	244	3.0	257	0.50	0.44	50
3歳未満児	437	21.0	12.3	65.3	199	2.2	206	0.39	0.34	40