

2025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 午後おやつ	12ヶ月~完了	
					午前おやつ	午後おやつ
月	2 ・ 16	おもゆ～つぶし粥	3分～7分粥 ささみひき肉とパプリカ煮 人参やわらか煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とパプリカ煮 春雨酢物 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 麻婆春雨刻み 菜の花ナムル刻み 中華スープ ウエハース	おかかチーズ御飯 するめ
火	3 ・ 17	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ	3分～7分粥 白身魚と大根煮 白菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と大根煮 白菜煮 味噌汁 オレンジ	軟飯～御飯 鰯の塩麹焼き刻み ちくわの磯辺揚げ刻み 豚汁・果物	3日ちらし寿司 するめ 17日鬼まんじゅう するめ
水	4 ・ 18	成長に応じて提供 豆腐	3分～7分粥 ささみひき肉とじゃがいも煮 ほうれんそう煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とじゃがいも煮 ほうれん草煮 味噌汁 煮込みうどん	軟飯～御飯 鶏のレモンバジル焼き刻み カリフラワーサラダ刻み 味噌汁 ピスケット	ストロベリーバナナヨーグルト するめ
木	5 ・ 19	させていただきます。	3分～7分粥 ささみひき肉と南瓜煮 かぶ煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子と南瓜ケチャップ煮 かぶ煮 味噌汁 りんご煮	根菜カレー刻み(軟飯～御飯) 白菜サラダ刻み 味噌汁 果物 クラッカー	おやつパン するめ
金	6 ・ 20		3分～7分粥 白身魚と小松菜煮 なす煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と小松菜煮 なす煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 鰯の西京焼き刻み 切干大根煮刻み 清汁 ウエハース	セサミスコーン 干し芋
土	7 ・ 21			全粥 鶏団子ときやべつ煮 ポテトソテー 味噌汁 バナナ	ピラフ(軟飯～御飯) フレンチサラダ刻み コンソメスープ 果物 クラッカー	こんぶおにぎり するめ
月	9	おもゆ～つぶし粥	3分～7分粥 ささみひき肉と人参煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と人参煮 トマト煮 味噌汁 いちご	軟飯～御飯 鶏のポン酢焼き刻み 里芋とれんこん炒り煮刻み 味噌汁・果物 ピスケット	ツナコーントースト するめ
火	10 ・ 24	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ	3分～7分粥 ささみひき肉ときやべつ煮 チングン菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子煮と白菜煮 チングン菜煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 回鍋肉刻み 中華サラダ刻み 中華スープ クラッカー	あんこ入りさつまいももち するめ
水	25	成長に応じて提供 豆腐	3分～7分粥 白身魚とブロッコリー煮 南瓜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とブロッコリー煮 南瓜煮 味噌汁 煮込みうどん	軟飯～御飯 鰯の照焼き刻み ブロッコリーサラダ刻み 味噌汁 ウエハース	じゃこわかめ御飯 チーズ
木	12 ・ 26	させていただきます。	3分～7分粥 ささみひき肉とさつまいも煮 きやべつ煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とさつまいも煮 きやべつ煮物 味噌汁 りんご煮	豚丼(軟飯～御飯) 甘酢和え刻み 味噌汁 果物 クラッcker	チーズ蒸しパン 干し芋
金	13 ・ 27		3分～7分粥 白身魚とほうれん草煮 カリフラワーくず煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とほうれん草煮 カリフラワーケチャップ煮 味噌汁 おじや	軟飯～御飯 かじきからあげ刻み スパゲティサラダ刻み 味噌汁	13日レーズンクラッcker するめ 27日誕生日会
土	14 ・ 28			全粥 肉団子とかぶ煮 もやし煮 味噌汁 ふかしいも	軟飯～御飯 ポークジンジャー刻み さつまいも甘煮刻み 味噌汁 クラッcker	ジャムパン するめ

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 | | | |
| 朝食を希望する場合は、お問い合わせください。 | 月 2・16 | 御飯
麻婆春雨
菜の花ナムル
中華スープ | 豚ひき肉
ハム | 七分搗米
ゴマ | 白菜、エリンギ
春雨、赤パプリカ
グリンピース、人参
もやし、菜の花
わかめ、長ネギ | 御飯
肉じゃが
味噌汁 | ほうじ茶
ウエハース | ほうじ茶
おかげチーズ御飯
小魚 | |
| | 火 3・17 | 御飯
3日 いわし丸干し
17日 鯖の塩麹焼き
ちくわの磯辯揚げ
豚汁、果物 | 3日 いわし
(0~2歳 鯖)
17日 鯖
ちくわ
豚肉、豆腐 | 七分搗米 | 人参、白菜
玉ねぎ、大根
ごぼう、里芋
オレンジ | やきとり丼
スティック野菜
味噌汁 | ほうじ茶
クッキー | 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、小魚せんべい | |
| | 水 4・18 | 御飯
鶏のレモンバジル焼き
カリフラワーサラダ
味噌汁 | 鶏肉
ハム | 七分搗米 | バジル、レモン
じゃがいも、カリフラワー
人参、コーン
ほうれん草、しめじ
南瓜 | 御飯
オイスターソース炒め
味噌汁 | ほうじ茶
ピスケット | 豆乳
ストロベリーバナナヨーグルト
こんぶ | |
| | 木 5・19 | 根菜カレー
白菜サラダ
味噌汁
果物 | 豚肉
ハム
油揚げ | 七分搗米 | れんこん、里芋
人参、玉ねぎ
白菜、きゅうり
コーン、かぶ
かぶの葉、りんご | 御飯
チキンオロース
味噌汁 | ほうじ茶
クラッカー | 牛乳
おやつパン
するめ | |
| | 金 6・20 | 御飯
鯖の西京焼き
五目豆
清汁 | 鯖
大豆 | 七分搗米 | 小松菜、大根
人参、ごぼう
しいたけ、いんげん
ナス、えのき
葉ネギ | 炒飯
オレンジ
味噌汁 | ほうじ茶
ウエハース | 牛乳
セサミスコーン
干し芋 | |
| | 土 7・21 | ピラフ
フレンチサラダ
コンソメスープ
果物 | ワインナー
ハム | 七分搗米 | 玉ねぎ、人参
ピーマン、キャベツ
きゅうり、じゃがいも
エリンギ、パセリ
バナナ | | ほうじ茶
クッキー | ほうじ茶
こんぶおにぎり
するめ | |
| | 月 9 | 御飯
鶏のポン酢焼き
里芋とれんこん炒煮
味噌汁
果物 | 鶏肉
油揚げ | 七分搗米
ゴマ | トマト、里芋
れんこん、人参
大根、わかめ
なめこ、いちご | 御飯
豚肉中華炒め
味噌汁 | ほうじ茶
ピスケット | 牛乳
ツナコントースト
こんぶ | |
| | 火 10・24 | 御飯
回鍋肉
中華サラダ
中華スープ | 豚肉
ハム | 七分搗米 | キャベツ、ピーマン
赤パプリカ、玉ねぎ
チンゲン菜、もやし
コーン、白菜
人参 | 御飯
鶏ケチャップ煮
味噌汁 | ほうじ茶
クラッカー | 牛乳
あんこ入りさつまいももち
するめ | |
| | 水 25 | 御飯
鯖の照焼き
プロッコリーサラダ
味噌汁 | 鯖
チーズ | 七分搗米
ゴマ | 南瓜、プロッコリー
人参、コーン
大根、水菜 | カレーライス
スティック野菜
味噌汁 | ほうじ茶
ウエハース | ほうじ茶
じゃこわかめ御飯
チーズ | |
| | 木 12・26 | 豚丼
甘酢和え
味噌汁
果物 | 豚肉
ツナ | 七分搗米 | 玉ねぎ、ニラ
黄パプリカ、キャベツ
わかめ、さつまいも
エリンギ、りんご | 御飯
そぼろ煮
味噌汁 | ほうじ茶
クッキー | 牛乳
チーズ蒸しパン
干し芋 | |
| | 金 13・27 | 御飯
かじきからあげ
スパゲッティサラダ
味噌汁 | かじき
ハム | 七分搗米
スパゲッティ | カリフラワー、人参
きゅうり、コーン
キャベツ、もやし
ほうれん草 | チキンライス
バナナ
味噌汁 | ほうじ茶
ピスケット | 13日 牛乳
レーズンクッキー、小魚
27日 誕生日会 | |
| | 土 14・28 | 御飯
ポークジンジャー
さつまいも甘煮
味噌汁 | 豚肉 | 七分搗米 | 玉ねぎ、もやし
人参、ピーマン
さつまいも、かぶ
かぶの葉、長ネギ | | ほうじ茶
クラッcker | ほうじ茶
ジャムパン
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 | 526 | 24.5 | 14.0 | 81.1 | 238 | 2.7 | 224 | 0.53 | 0.40 | 51 |
| 3歳未満児 | 437 | 19.8 | 12.0 | 66.9 | 192 | 1.9 | 182 | 0.42 | 0.32 | 40 |