

# 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		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	3分～7分粥 ささみひき肉とパプリカ煮 人参やわか煮 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 白身魚マッシュ	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 鯖の塩麹焼き刻み ちくわの磯辺揚げ刻み 豚汁・果物	クッキー	3日ちらし寿司 するめ 17日鬼まんじゅう するめ
水	4・18	豆腐 成長に応じて提供	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	ビスケット	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 鯖の西京焼き刻み 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 鶏団子ときゃべつ煮 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	クッキー	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 鶏のボン酢焼き刻み 里芋とれんこん炒り煮刻み 味噌汁・果物	ビスケット	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 白身魚マッシュ	3分～7分粥 ささみひき肉ときゃべつ煮 チンゲン菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子煮と白菜煮 チンゲン菜煮 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	豆腐 成長に応じて提供	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 きゃべつ煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とさつまいも煮 きゃべつ酢物 味噌汁 りんご煮	豚丼（軟飯～御飯） 甘酢和え刻み 味噌汁 果物	クッキー	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 カリフラワーくす煮 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日レーズンクッキー 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	クラッカー	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			
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 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 グリーンピース、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 おなかチーズ御飯 小魚
火	3・17		御飯 3日 いわし丸干し 17日 鯖の塩麹焼き ちくわの磯辺揚げ 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 ビスケット	豆乳 ストロベリーバナナヨーグルト こんにふ
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 チンジャオロース 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	ウインナー 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	御飯 豚肉中華炒め 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 こんにふおにぎり するめ
月	9		御飯 鶏のボン酢焼き 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		ほうじ茶 ビスケット	牛乳 ツナコーントースト こんにふ
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 鰯の照焼き ブロッコリーサラダ 味噌汁	鰯 チーズ	七分搗米 ゴマ	南瓜、ブロッコリー 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 ビスケット	13日 牛乳 レーズンクッキー、小魚
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	御飯 肉じゃが 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	27日 誕生日会 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