

2月離乳食献立表

0歳児さくら組

日	曜	後期(9~11カ月)			完了期(12~18カ月)		
		献立	主な食材	おやつ	献立	主な食材	おやつ
1	火	米粉の 豆乳シチュー ツナサラダ バナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 ブロッコリー 米粉 豆乳 バター/ツナ キャベツ 胡瓜/バナナ	きなこ粥	米粉の豆乳 きのこシチュー ミートボールの甘酢煮 ツナサラダ バナナ	豚肉 じゃがいも 人参 玉葱 しめじ しいたけ ブロッコリー 米粉 豆乳 バター/ミートボール/ツナ キャベツ 胡瓜/バナナ	きつね おにぎり
2	水	肉団子煮 高野の煮物 みそ汁 みかん	鶏ミンチ 玉葱 人参 パン粉 片栗/高野豆腐 玉葱 人参 いんげん/大根 葱 人参みそ みかん	蒸しパン	もち米つき蒸し団子 高野の卵とじ みそ汁 みかん	豚ミンチ 玉葱 人参 干しいたけ 生姜/パン粉 片栗粉もち米/高野豆腐 玉葱 人参 卵 いんげん/大根 葱 人参 みそ/みかん	牛乳 ヨーグルト 蒸しパン
3	木	白身魚 錦和え けんちん汁 みかん	白身魚/ほうれん草 人参 春雨/大根 人参 厚揚げ みかん	卵ボーロ	白身フライ 錦和え けんちん汁 みかん	白身魚/パン粉 小麦粉/ほうれん草 人参 春雨/大根 人参 厚揚げ/みかん	牛乳 卵ボーロ
4	金	鶏肉の すっきり煮 青菜の信田和え みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく /ほうれん草 キャベツ うす揚げ 人参/白菜 人参 豆腐 みそ/オレンジ	乳児用 せんべい	鶏肉のすっきり煮 青菜の信田和え みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく/ほうれん草 キャベツ うす揚げ 人参/白菜 人参 豆腐 みそ/オレンジ	牛乳 スティック パン
5	土	バナ 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
7	月	スパゲティ ナポリタン 粉ふき芋磯和え オニオンスープ みかん	スパゲティ 玉葱 人参 ピーマン/ケチャップ /じゃがいも 青のり/玉葱 人参 白菜/みかん	ツナパン	スパゲティナポリタン 粉ふき芋磯和え オニオンスープ みかん	スパゲティ 豚ミンチ 玉葱 人参 ピーマン/ケチャップ/じゃがいも 青のり/玉葱 人参 白菜/コンソメ パセリ/みかん	牛乳 ツナパン
8	火	和風 ミートローフ 納豆和え みそ汁 オレンジ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 ひじき/パン粉 豆腐/小松菜 人参 白菜 ひき割り納豆 /大根 人参 厚揚げ みそ /オレンジ	野菜 ブリッツ	和風ミートローフ 納豆和え みそ汁 オレンジ	豚ミンチ 鶏ミンチ 玉葱 ひじき/パン粉 豆腐 卵/小松菜 人参 白菜 ひき割り納豆/大根 人参 厚揚げ みそ/オレンジ	牛乳 野菜 ブリッツ
9	水	白身魚煮 キャベツの 甘酢和え すまし汁 みかん	白身魚/キャベツ 胡瓜 /豆腐 えのき 葱 人参 葱 みかん	食パン	白身のごま揚げ キャベツの甘酢和え すまし汁 みかん	白身 にんにく ごま 片栗粉/キャベツ 胡瓜/豆腐 えのき 葱 人参 葱/みかん	牛乳 フレンチ トースト
10	木	じゃがいもの そぼろ煮 豆乳みそ汁 青菜の白和え みかん	鶏ミンチ じゃがいも 玉葱 /大根 人参 豆腐 みそ /ほうれん草 豆腐 人参 白菜/みかん	乳児用 せんべい	洋風厚焼き玉子 豆乳みそ汁 青菜の白和え みかん	卵 鶏ミンチ 干しいたけ 玉葱 卵 牛乳/ケチャップ/豆腐 大根 人参 豆腐 みそ/ほうれん草 豆腐 人参 白菜 すりごま/みかん	牛乳 きなこ 食パン
12	土	バナ 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
14	月	白身魚煮 三色和え 白菜のスープ バナナ	白身魚/人参 キャベツ/ /白菜 人参 玉葱 /バナナ	乳児用 ビスケット	ハンバーグ 三色和え 白菜とベーコンのスープ バナナ	ハンバーグ/ケチャップ /卵 人参 キャベツ/白菜 人参 玉葱 ベーコン/バナナ	牛乳 ハート クッキー
15	火	鶏の照り煮 人参しりしり みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 /人参 ピーマン /豆腐 玉葱 白ネギみそ /オレンジ	おから マフィン	中華風ローストチキン 人参しりしり みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく ごま ごま油 /人参 ピーマン 卵 ツナ/豆腐 玉葱 白ネギみそ/オレンジ	牛乳 おから マフィン
16	水	南瓜グラタン キャベツ煮 わかめスープ みかん	南瓜 玉葱 人参 牛乳/バター 小麦粉 チーズ/キャベツ 人参/わかめ 玉葱 葱/みかん	野菜粥	南瓜グラタン オーロラソース和え わかめスープ みかん	豚ミンチ 南瓜 玉葱 人参 牛乳/バター 小麦粉 チーズ パセリ/キャベツ 胡瓜/ケチャップ マヨネーズ/わかめ 玉葱 葱/みかん	炊き込み おこわ
17	木	玉葱のそぼろ煮 磯和え みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 しめじ /ほうれん草 人参 ちやし のり佃煮/かぶ 人参 みそ/オレンジ	ヨーグルト バナナ	豚肉の生煮焼 磯和え みそ汁 オレンジ	豚肉 玉葱 しめじ 生姜/ほうれん草 人参 ちやしのり佃煮/かぶ 人参 揚げ みそ/オレンジ	ヨーグルト バナナ
18	金	白身魚あんかけ のっぺい汁 じゃが玉煮 みかん	白身 玉葱/じゃがいも 玉葱 いんげん/大根 人参 里芋 揚げ 葱/みかん	乳児用 せんべい	鮭の塩こうじ焼 のっぺい汁 じゃが玉煮 みかん	鮭(白身) 塩こうじ/じゃがいも 玉葱 いんげん/大根 人参 こんにゃく 里芋 揚げ 葱/みかん	牛乳 スティック パン
19	土	バナ 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
21	月	あんかけうどん ブロッコリー 大根のそぼろ煮 みかん	うどん 鶏肉 玉葱 人参 小松菜 片栗粉 /ブロッコリー/大根 鶏ミンチ みかん	さつまいも 粥	卵あんかけうどん チーズ ブロッコリー 大根のそぼろ煮 みかん	うどん 鶏肉 玉葱 人参 小松菜 片栗粉/チーズ/ブロッコリー/大根 鶏ミンチ/みかん	牛乳 さつまいも 入りおはき
22	火	大根煮 胡瓜和え みそ汁 オレンジ	大根 人参 がんも/もやし 胡瓜/豆腐 葱 みそ/オレンジ	麩のラスク	おでん ゆかり和え みそ汁 オレンジ	大根 ちくわ 人参 こんにゃく がんも /ゆかり もやし 胡瓜/豆腐 なめこ 葱 みそ/オレンジ	牛乳 麩のラスク
24	木	白身魚煮 すまし汁 ポテトの煮物 オレンジ	鯖/玉葱 人参 小松菜 /じゃがいも 人参 /オレンジ	食パン	白身の西京焼 かき玉汁 ポテトの カレーきんぴら オレンジ	白身 白みそみそ/玉葱 人参 小松菜 卵/ じゃがいも 人参 ピーマン ごま カレー粉/オレンジ	牛乳 きなこ 食パン
25	金	ほうれん草 のそぼろ煮 ブロッコリー 煮浸し もやしスープ みかん	ほうれん草 人参 鶏ミンチ /ブロッコリー 玉葱/もやし 人参/みかん	乳児用 せんべい	ピピンパドル 焼売 もやしのスープ ブロッコリー塩ナムル みかん	豚ミンチ ほうれん草 人参 卵 /ショウマイ/もやし 人参 /ブロッコリー 玉葱/みかん	牛乳 ケーキ
26	土	バナ 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
28	月	鶏の ケチャップ煮 春雨サラダ みそ汁 バナナ	鶏もも 玉葱 人参 ケチャップ/春雨 人参 胡瓜/さつまいも 豆腐 葱 みそ/バナナ	スティック ケーキ	レバーの マリナナソース 春雨サラダ みそ汁 バナナ	鶏もも 鶏レバー 玉葱 人参 ケチャップ/ソース/春雨 人参 胡瓜 卵/さつまいも 豆腐 葱 みそ/バナナ	牛乳 スティック ケーキ

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。
午前のおやつはりんごです。