

2月離乳食献立表

0歳児さくら組

		後期(9~11カ月)			完了期(12~18カ月)		
日	曜	献立	主な食材	おやつ	献立	主な食材	おやつ
1	水	白身魚煮 豆乳スープ じゃが玉煮 みかん	白身/じゃがいも 玉葱 いんげん /大根 人参 豆腐 葱 豆乳/みかん	食パン	白身の塩こうじ焼き 豆乳スープ じゃが玉煮 みかん	白身 塩こうじ/じゃがいも 玉葱 いんげん/大根 人参 豆腐 葱 豆乳 鶏ガラスープ/みかん	牛乳 ジャムサンド
2	木	大豆のチリコンカン さつまいも煮 みそ汁 パナナ	鶏ひき肉 大豆水煮 人参 じゃがいも ピーマン ケチャップ /さつまいも /豆腐 人参 キャベツ みそ/バナナ	乳児用 ビスケット	大豆のチリコンカン さつまいもバター みそ汁 パナナ	豚ひき肉 大豆水煮 人参 じゃがいも ピーマン ケチャップ カレー粉 /さつまいも バター/豆腐 人参 キャベツ みそ/バナナ	牛乳 お菓子
3	金	白身あんかけ 錦和えのっぺい汁 みかん	白身 人参/ほうれん草 人参 春雨 /大根 人参 里芋 葱/みかん	卵ボーロ	わかめご飯 白身フラ イ 錦和えのっぺい汁 みかん	白身 パン粉 小麦粉 ソース/ほうれん草 人参 マロニー/大根 人参 里芋 葱/みかん	牛乳 卵ボーロ
4	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
6	月	鶏肉の照り煮 煮浸し みそ汁 オレンジ	鶏肉 /白菜 小松菜 人参 /大根 なめこ わかめ みそ /オレンジ	ヨーグルト ケーキ	油淋鶏 ごま和え みそ汁 オレンジ	鶏肉 にんにく 生姜 葱 片栗粉/白菜 小松菜 人参 ちくわ ごま/大根 なめこ わかめ みそ /オレンジ	牛乳 ヨーグルト ケーキ
7	火	ツナじゃが 春雨サラダ すまし汁 パナナ	ツナ じゃがいも 人参 玉葱 いんげん /春雨 人参 胡瓜 卵 ごま油/豆腐 えのき ほうれん草 /バナナ	あべかわ マカロニ	ツナじゃが 春雨サラダ すまし汁 パナナ	ツナ じゃがいも 人参 玉葱 いんげん/春雨 人参 胡瓜 卵 ごま油/豆腐 えのき ほうれん草 /バナナ	牛乳 あべかわ マカロニ
8	水	じゃがいもそぼろ煮 ひじきと切干の煮物 にゅうめん オレンジ	じゃがいも 玉葱 鶏ミンチ /切り干し ひじき 人参 いんげん/そうめん 葱 /オレンジ	食パン	スパニッシュオムレツ ひじきと切り干しの洋風煮 にゅうめん オレンジ	卵 玉葱 じゃがいも トマト ハム ケチャップ /切り干し ひじき 人参 ベーコン いんげん /そうめん 葱/オレンジ	牛乳 メロンパン風
9	木	白身のあんかけ ブロッコリー和え物 みそ汁 みかん	白身 玉葱 人参 /白菜 厚揚げ みそ/ブロッコリー 胡瓜 /みかん	乳児用 ウェハース	白身のカレーあんかけ ブロッコリーの タルタル和え みそ汁 みかん	白身 生姜 小麦粉 玉葱 人参 カレールウ/白菜 厚揚げ みそ/ブロッコリー 胡瓜 卵 マヨネーズ /みかん	牛乳 お菓子
10	金	酢鶏 キャベツの和え物 豆腐の吉野汁 みかん	鶏肉 玉葱 人参 しいたけ ピーマン /キャベツ 玉葱 胡瓜 人参 /豆腐 たまねぎ 葱 片栗粉/みかん	乳児用 せんべい	酢鶏 コールスローサラダ 豆腐の吉野汁 みかん	鶏肉 玉葱 人参 しいたけ たけのこ ピーマン ケチャップ キャベツ 玉葱 胡瓜 コーン 人参 ドレッシング/豆腐 たまねぎ かにかま 葱 片栗粉 /みかん	牛乳 粉雪クッキー
13	月	ミルク煮 ツナサラダ パナナ	鶏ミンチ じゃがいも 人参 玉葱 しめじ しいたけ ブロッコリー 牛乳 /ツナ キャベツ 胡瓜 /バナナ	野菜粥	ビーフシチュー ミートボールの甘酢煮 ツナサラダ パナナ	牛肉 じゃがいも 人参 玉葱 しめじ しいたけ ブロッコリー ビーフシチュールウ/ミートボール /ツナ キャベツ 胡瓜/バナナ	鮭チャーハン
14	火	鶏団子煮 青菜の和え物 白菜のスープ みかん	鶏ミンチ 玉葱/人参 小松菜 キャベツ/白菜 人参 玉葱 /みかん	ココアケーキ	ハンバーグ 三色和え 白菜とベーコンのスープ みかん	ハンバーグ ケチャップ/卵 人参 小松菜 キャベツ/白菜 人参 玉葱 ベーコン/みかん	牛乳 ココア カップケーキ
15	水	白身煮 豚汁 鉄分たっぷりサラダ みかん	白身 /ひじき ツナ 胡瓜 人参 /豚肉 大根 人参 ごぼう 葱 みそ /みかん	お好み焼き	白身の西京焼き 豚汁 鉄分たっぷりサラダ みかん	白身 白みそ ごま/ひじき ツナ コーン 胡瓜 人参 マヨネーズ/豚肉 大根 人参 ごぼう 葱 みそ/みかん	牛乳 お好み焼き
16	木	鶏肉のすっきり煮 切干サラダ かき卵スープ オレンジ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく/切干 人参 胡瓜 ささみ /卵 玉葱 なら人参 /オレンジ	ヨーグルト バナナ	鶏肉のすっきり煮 カレー風味サラダ かき卵スープ オレンジ	鶏肉 玉葱 生姜 にんにく/切干 人参 胡瓜 ささみ カレー粉/卵 玉葱 なら人参 中華だし/オレンジ	ヨーグルト バナナ
17	金	玉葱のそぼろ煮 磯和え みそ汁 みかん	鶏ミンチ 玉葱 /ほうれん草 人参 もやし 焼きのり/かぶ 人参 揚げ みそ/みかん	乳児用 ビスケット	豚肉の生姜焼き 磯和え みそ汁 みかん	豚肉 玉葱 しめじ 生姜/ほうれん草 人参 もやし 焼きのり/かぶ 人参 揚げ みそ/みかん	牛乳 お菓子
18	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
20	月	南瓜グラタン キャベツの和え物 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/わかめ 玉葱 葱 /みかん	きなこ粥	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 ごま/みかん	たぬきおにぎり
21	火	鶏肉の照り煮 人参しりしり みそ汁 オレンジ	鶏肉 玉葱 /人参 ピーマン 卵 ツナ /豆腐 玉葱 白ネギ みそ/オレンジ	鬼まんじゅう	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 鬼まんじゅう
22	水	白身の生姜煮 青菜の白和え じゃがバターみそ汁 みかん	白身 生姜 /白菜 ほうれん草 人参 豆腐すりごま/じゃがいも 玉葱 鶏ミンチ 葱 バター みそ /みかん	乳児用 せんべい	白身の生姜煮 青菜の白和え じゃがバターみそ汁 みかん	白身 生姜 /白菜 ほうれん草 人参 豆腐 すりごま/じゃがいも 玉葱 鶏ミンチ 葱 バター みそ /みかん	牛乳 お菓子
24	金	白身魚のあんかけ ブロッコリーしらす和え 冬野菜のココロポトフ オレンジ	白身 玉葱 人参/ブロッコリー しらす 胡瓜/大根 人参 じゃがいも /オレンジ	パンケーキ	ドライカレー エビフライ ブロッコリーしらす和え 冬野菜のココロポトフ オレンジ	豚ミンチ 玉葱 人参 レーズン カレー粉/えび 小麦粉 パン粉/ブロッコリー しらす 胡瓜 /大根 人参 魚肉ソーセージ じゃがいも パセリ /オレンジ	牛乳 ケーキ
25	土	パン 果物			サンドイッチ 牛乳 果物		
27	月	卵あんかけうどん 大根のそぼろ煮 りんご	うどん 鶏肉 玉葱 人参 しいたけ 卵 小松菜 片栗粉/大根 鶏ミンチ ブロッコリー/りんご	さつま芋の 甘煮	卵あんかけうどん チーズ 大根のそぼろ煮 りんご	うどん 鶏肉 玉葱 人参 しいたけ 卵 小松菜 片栗粉 /チーズ/大根 鶏ミンチ ブロッコリー/りんご	牛乳 大芋芋
28	火	野菜のそぼろ煮 ささみのごまみそ和え 豆腐のスープ パナナ	鶏ミンチ 玉葱 ピーマン もやし 人参 みそ/ささみ キャベツ 胡瓜 みそ ごま/豆腐 青梗菜 人参 /バナナ	麩のミルク煮	ブルコギ風炒め ささみのごまみそ和え 中華スープ パナナ	豚肉 玉葱 ピーマン もやし 人参 なら みそ /ささみ キャベツ 胡瓜 みそ ごま/豆腐 青梗菜 人参/バナナ	牛乳 豆腐ドーナツ

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か乳児用お菓子です。