

2月 離乳食 予定献立表



2018年

日	曜日	午前の食事			午後の食事			一日の主な食材
		主食	汁物	副菜	主食	汁物	副菜	
1	木	おかゆ	すまし汁	そぼろと野菜のみそ煮	そうすい	みそ汁	高野豆腐と野菜の煮物	米 みそ 鶏ひき肉 高野豆腐 玉ねぎ にんじん きゅうり だいこん ほうれん草 白菜 もやし
2	金	スキム煮 パスタ	スープ	ほうれん草の煮びたし 白身魚のムニエル	おかゆ	みそ汁	きゅうりスティック ささ身と野菜の煮物	米 スパゲティ スキムミルク みそ 白身魚 鶏ささ身 玉ねぎ にんじん だいこん 小麦粉 白菜 ブロッコリー かぶ キャベツ
3	土	おかゆ	みそ汁	ブロッコリーのスープ煮 ツナと野菜の煮物	おかゆ	すまし汁	だいこんスティック 麩と野菜の煮物	米 みそ ツナ 麩 玉ねぎ にんじん だいこん キャベツ きゅうり さつまいも かぶ
5	火	おかゆ	すまし汁	キャベツとにんじんの煮物 やわらかハンバーグ	しらす がゆ	みそ汁	さつまいもスティック わかめと野菜の煮物	米 みそ 鶏ひき肉 しらす干し わかめ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 白菜 かぶ チーズ もやし 片栗粉
6	水	みそ煮込み うどん		白菜の煮物 豆腐と野菜の煮物	おかゆ	すまし汁	白身魚の野菜あんかけ にんじんスティック	米 うどん みそ 白身魚 片栗粉 豆腐 玉ねぎ にんじん きゅうり キャベツ だいこん かぶ
7	木	そうすい	みそ汁	きゅうりのだし煮 ささ身のだし煮	おかゆ	すまし汁	高野豆腐と野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ 鶏ささ身 高野豆腐 玉ねぎ にんじん だいこん さつまいも チンゲン菜 白菜
8	金	パン粥	スープ	さつまいもの煮物 肉だんごと野菜のスープ煮	そうすい	みそ汁	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー	米 パン スキムミルク 鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ にんじん キャベツ だいこん チンゲン菜 ブロッコリー 片栗粉
9	土	おかゆ	みそ汁	にんじんの甘煮 そぼろと野菜の煮物	おかゆ	すまし汁	ツナと野菜の煮物 じゃがいもスティック	米 みそ 鶏ひき肉 ツナ 玉ねぎ にんじん じゃがいも かぶ もやし キャベツ チンゲン菜
10	月	おかゆ	みそ汁	かぶの煮物 煮魚	おかゆ	すまし汁	大豆と野菜のみそ煮 かぼちゃスティック	米 みそ 白身魚 大豆 玉ねぎ にんじん ほうれん草 だいこん かぶ きゅうり キャベツ かぼちゃ
13	火	そうすい	みそ汁	きゅうりとキャベツの煮物 ささ身の治部煮	パン粥	スープ	鮭と野菜のスープ煮 さつまいもスティック	米 みそ パン スキムミルク 鶏ささ身 鮭 片栗粉 玉ねぎ にんじん キャベツ わかめ きゅうり だいこん さつまいも
14	水	煮込み うどん		だいこんとわかめの煮物 豆腐のそぼろあんかけ	おかゆ	みそ汁	麩と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 うどん みそ 鶏ひき肉 豆腐 麩 片栗粉 玉ねぎ にんじん 白菜 きゅうり キャベツ だいこん
15	木	パン粥	クリーム コーン スープ	しらすと野菜のトマト煮 ブロッコリーの煮びたし	おかゆ	すまし汁	高野豆腐と野菜の煮物 にんじんスティック	米 パン みそ スキムミルク しらす干し 高野豆腐 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 白菜 コーン きゅうり ブロッコリー トマト
16	金	そうすい	みそ汁	豆腐の野菜あんかけ 白菜の煮物	おかゆ	すまし汁	ツナと野菜の煮物 チーズ	米 みそ 豆腐 ツナ 片栗粉 チーズ にんじん じゃがいも きゅうり キャベツ 白菜 チンゲン菜 もやし だいこん
19	月	そぼろ かゆ	みそ汁	チンゲン菜とにんじんの煮物 キャベツのおかか煮	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜のみそ煮 かぼちゃスティック	米 みそ 鶏ひき肉 豆腐 かつを節 玉ねぎ にんじん 白菜 だいこん チンゲン菜 キャベツ かぼちゃ
20	火	パン粥	スープ	おから入りハンバーグ 小松菜の煮物	しらす がゆ	みそ汁	わかめと野菜の煮物 にんじんスティック	米 パン みそ スキムミルク 鶏ひき肉 おから にんじん だいこん しらす干し わかめ チンゲン菜 きゅうり 小松菜 片栗粉
21	水	そうすい	すまし汁	白身魚のみそ煮 かぶとにんじんの煮物	パン粥	スープ	ささ身と野菜のきな粉煮 さつまいもスティック	米 パン みそ スキムミルク 白身魚 鶏ささ身 玉ねぎ にんじん きゅうり きな粉 白菜 さつまいも かぶ
22	木	煮込み うどん		豆腐の煮物 ほうれん草とにんじんの煮物	おかゆ	すまし汁	鮭と野菜の煮物 だいこんスティック	米 うどん 豆腐 鮭 玉ねぎ にんじん キャベツ ほうれん草 かぶ だいこん きゅうり
23	金	そうすい	みそ汁	ささ身の治部煮 キャベツの煮物	おかゆ	すまし汁	高野豆腐と野菜のバター風味煮 じゃがいもスティック	米 みそ 鶏ささ身 高野豆腐 バター 片栗粉 玉ねぎ にんじん 白菜 じゃがいも 小松菜 キャベツ
24	土	おかゆ	すまし汁	しらすと野菜の煮物 さつまいもの煮物	おかゆ	みそ汁	麩と野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ しらす干し 麩 玉ねぎ にんじん 小松菜 だいこん キャベツ さつまいも ブロッコリー
26	月	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 ほうれん草煮びたし	そうすい	すまし汁	そぼろと野菜のみそ煮 さつまいもスティック	米 みそ 白身魚 鶏ひき肉 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり だいこん ほうれん草 さつまいも
27	火	そうすい	みそ汁	豆腐と野菜の煮物 にんじんの甘煮	おかゆ	すまし汁	ささ身と野菜のおかか煮 かぼちゃスティック	米 みそ 鶏ささ身 豆腐 かつを節 片栗粉 玉ねぎ にんじん きゅうり かぼちゃ グリーンピース だいこん
28	水	パン粥	スープ	鮭と野菜のスープ煮 ブロッコリーのチーズ風味煮	おかゆ	みそ汁	高野豆腐と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 パン みそ スキムミルク 鮭 高野豆腐 玉ねぎ にんじん 小松菜 だいこん キャベツ ブロッコリー きゅうり 粉チーズ

※献立は後期食になります。
 ※初期食の動物性蛋白質は、豆腐、しらす干し、白身魚の中から使用いたします。
 ※都合により、献立が変更になる場合があります。

星の子保育園