

2月

## 離乳食 予定献立表



2025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	土	おかゆ	すまし汁	白身魚と野菜のみそ煮	おかゆ	みそ汁	大豆と野菜の煮物	米 みそ きゅうり さつまいも 白身魚 大豆 キャベツ
3	月	おかゆ	みそ汁	さつまいもの煮物 そばろと野菜の煮物	おかゆ	すまし汁	ブロッコリー 鮭と野菜のみそ煮	米 みそ だいこん ほうれん草 鶏ささ身 キャベツ 片栗粉
4	火	そうすい	みそ汁	ほうれん草のだし煮 ツナと野菜の煮物	おかゆ	すまし汁	じゃがいもスティック ささ身と野菜の煮物	米 みそ キャベツ さつまいも 白菜 ツナ 鶏ささ身 にんじん 玉ねぎ 片栗粉
5	水	おかゆ	すまし汁	キャベツのだし煮 大豆と野菜の煮物	そうすい	みそ汁	きゅうりスティック 煮魚	米 みそ 白菜 チンゲン菜 大豆 白身魚 だいこん かぶ さつまいも 玉ねぎ にんじん
6	木	おかゆ	すまし汁	白菜の煮物 豆腐と野菜のみそ煮	おかゆ	みそ汁	だいこんスティック しらすと野菜の煮物	米 みそ チンゲン菜 かぶ 豆腐 しらす干し さつまいも 玉ねぎ にんじん キャベツ きゅうり
7	金	煮込み うどん		白身魚と野菜の煮物 チンゲン菜のだし煮	おかゆ	すまし汁	そばろと野菜のみそ煮 ブロッコリー	米 うどん みそ 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 鶏ひき肉 白身魚 片栗粉 だいこん かぶ キャベツ ブロッコリー
8	土	おかゆ	みそ汁	しらすと野菜の煮物 小松菜の煮物	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりスティック	米 みそ 白菜 にんじん 小松菜 しらす干し 豆腐 きゅうり さつまいも 玉ねぎ だいこん
10	月	おかゆ	みそ汁	ささ身と野菜の煮物 キャベツのだし煮	おかゆ	すまし汁	納豆と野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ キャベツ 鶏ささ身 納豆 きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ にんじん チンゲン菜 かぶ 片栗粉
12	水	そうすい	すまし汁	煮魚 チンゲン菜のだし煮	おかゆ	みそ汁	大豆と野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ 玉ねぎ にんじん 小松菜 白身魚 大豆 だいこん キャベツ きゅうり チンゲン菜 さつまいも
13	木	みそ 煮込み うどん		ツナと野菜のみそ煮 かぼちゃの煮物	おかゆ	すまし汁	そばろと野菜のみそ煮 さつまいもスティック	米 うどん みそ かぼちゃ さつまいも キャベツ ツナ 鶏ひき肉 片栗粉 きゅうり 玉ねぎ にんじん 小松菜
14	金	おかゆ	みそ汁	ささ身と野菜の煮物 白菜のだし煮	そうすい	すまし汁	豆腐と野菜のみそ煮 にんじんスティック	米 みそ かぶ きゅうり 片栗粉 鶏ささ身 豆腐 ブロッコリー にんじん 白菜 だいこん キャベツ
17	月	おかゆ	すまし汁	鮭と野菜のみそ煮 小松菜の煮物	おかゆ	みそ汁	納豆と野菜の煮物 だいこんスティック	米 みそ 小松菜 じゃがいも 鮭 納豆 キャベツ だいこん 玉ねぎ にんじん きゅうり かぶ
18	火	煮込み うどん		しらすと野菜の煮物 だいこんの煮物	おかゆ	すまし汁	大豆と野菜の煮物 さつまいもスティック	米 うどん 玉ねぎ 小松菜 しらす干し 大豆 にんじん だいこん チンゲン菜 きゅうり キャベツ さつまいも
19	水	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 じゃがいものだし煮	おかゆ	すまし汁	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ だいこん ブロッコリー ツナ 豆腐 きゅうり 玉ねぎ チンゲン菜 にんじん キャベツ じゃがいも
20	木	そうすい	すまし汁	ささ身と野菜の煮物 さつまいものだし煮	おかゆ	みそ汁	鮭と野菜の煮物 きゅうりスティック	米 みそ ブロッコリー だいこん 鶏ささ身 鮭 きゅうり 片栗粉 玉ねぎ キャベツ さつまいも にんじん
21	金	おかゆ	みそ汁	白身魚と野菜の煮物 白菜のだし煮	そうすい	すまし汁	大豆と野菜のみそ煮 じゃがいもスティック	米 みそ 玉ねぎ にんじん 白身魚 大豆 じゃがいも ブロッコリー かぶ きゅうり 白菜
22	土	おかゆ	みそ汁	豆腐と野菜の煮物 かぶの煮物	おかゆ	すまし汁	そばろと野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ 玉ねぎ にんじん かぶ 豆腐 鶏ひき肉 ブロッコリー 片栗粉 きゅうり 小松菜 キャベツ
25	火	そうすい	みそ汁	ささ身と野菜の煮物 チンゲン菜の煮物	おかゆ	すまし汁	納豆と野菜のみそ煮 さつまいもスティック	米 みそ きゅうり 玉ねぎ にんじん 鶏ささ身 納豆 さつまいも 片栗粉 キャベツ だいこん チンゲン菜
26	水	おかゆ	みそ汁	ツナと野菜の煮物 小松菜とにんじんのだし煮	そうすい	すまし汁	そばろと野菜の煮物 ブロッコリー	米 みそ だいこん 片栗粉 ツナ 鶏ひき肉 きゅうり 玉ねぎ キャベツ 小松菜 にんじん ブロッコリー
27	木	おかゆ	すまし汁	白身魚と野菜のみそ煮 ほうれん草のだし煮	おかゆ	みそ汁	豆腐と野菜の煮物 にんじんスティック	米 みそ だいこん 白身魚 豆腐 きゅうり 玉ねぎ ほうれん草 チンゲン菜 にんじん キャベツ さつまいも
28	金	にゅう めん		ささ身と野菜のみそ煮 かぶとにんじんの煮物	おかゆ	みそ汁	しらすと野菜の煮物 じゃがいもスティック	米 そうめん みそ チンゲン菜 じゃがいも 鶏ささ身 しらす干し かぶ ブロッコリー 玉ねぎ にんじん きゅうり 片栗粉

※献立は、後期食になります。  
 ※初期、中期食は、月齢・段階により対応していきます。  
 ※都合により、献立が変更になる場合があります。

星の子第2保育園