

# 2月離乳食献立表



H31.2.1  
たかさご保育園キッチン

日	曜	2～3回食期 午前 (10:00～)	完了食期 昼食 (10:30～)	2～3回食期 午後 (14:00～)	完了食期おやつ (14:30～)
2	土	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(ブロッコリー) わかめスープ(わかめ 人参 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮浸し わかめスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (玉ねぎ 人参 長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
4 18	月	かゆ 豆腐の煮物 (豆腐 白菜 人参) 味噌汁(大根 玉ねぎ)	軟飯 豆腐の煮物 大根と人参の味噌汁 はすの磯辺揚げ	煮物(玉ねぎ 人参) 鮭入りスープ (大根 人参 玉ねぎ 生鮭)	鮭雑炊 牛乳 果物
5 19	火	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(大根 人参) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)	軟飯 煮魚 煮物 野菜スープ さつまいもの甘煮	さつまいもの甘煮(さつまいも) たら入りスープ (大根 人参 長ねぎ たら)	たら雑炊 牛乳 果物
20	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(人参 椎茸 玉ねぎ) 野菜スープ(もやし 人参)	軟飯 煮魚 煮物 もやしのスープ ウインナーソテー	スティック野菜(大根) 鮭スープ (人参 玉ねぎ ピーマン 生鮭)	洋風雑炊 牛乳 果物
7 21	木	かゆ 豚肉と野菜の煮物 (豚ひき肉 キャベツ 人参) 味噌汁(玉ねぎ わかめ)	軟飯 豚肉と野菜の煮物 玉ねぎの味噌汁 魚の竜田揚げ	煮魚(かじき) さつまいもスープ (大根 人参 さつまいも)	さつまいも雑炊 牛乳 果物
8	金	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(大根 わかめ 人参) すまし汁(豆腐 えのき 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 豆腐とえのきのすまし汁 じゃがいものバター煮	スティックポテト(じゃがいも) しらすスープ (大根 人参 長ねぎ しらす)	しらす雑炊 牛乳 果物
9 23	土	かゆ 煮魚(白身魚) さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)	軟飯 煮魚 さつまいもの甘煮 玉ねぎとベーコンのスープ 人参の甘煮	野菜雑炊 (キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ)	野菜雑炊 牛乳
25	月	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(ほうれん草 人参) 味噌汁(大根 もやし)	軟飯 煮魚 煮浸し 大根と厚揚げの味噌汁 かき揚げ	スティック野菜(人参) 鮭スープ (人参 玉ねぎ ピーマン 生鮭)	洋風雑炊 牛乳 果物
12 26	火	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉 大根 人参 しめじ) 味噌汁(さつまいも 人参)	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 味噌汁(さつまいも 人参) ブロッコリーソテー	煮浸し(ブロッコリー) かじき入りスープ (大根 人参 玉ねぎ かじき)	かじき雑炊 牛乳 果物
13	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(ひじき 人参 玉ねぎ) 味噌汁(キャベツ わかめ)	軟飯 煮魚 煮物 キャベツの味噌汁 りんごのコンポート	煮浸し(ほうれん草 人参) かぼちゃスープ (人参 玉ねぎ 長ねぎ かぼちゃ)	かぼちゃ雑炊 牛乳 果物
14 28	木	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(キャベツ 人参) すまし汁(大根 えのき)	軟飯 煮魚 煮浸し 麩のすまし汁 煮豆	じゃがいもの甘煮(じゃがいも) 味噌汁 (大根 人参 長ねぎ かじき)	味噌雑炊 牛乳 果物
1	金	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(大豆 人参) 味噌汁(さつまいも 人参)	軟飯 煮魚 煮浸し さつまいもと人参の味噌汁 マカロニのケチャップ煮	大根の甘煮(大根) 鶏入りスープ (大根 人参 長ねぎ 鶏ひき肉)	鶏そぼろ雑炊 牛乳 果物
6	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(人参 キャベツ) 味噌汁(じゃがいも 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 豚汁 ウインナーソテー	スティック野菜(大根) 野菜スープ (玉ねぎ 人参 長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳 果物
15	金	かゆ 豚肉と野菜の煮物 (豚ひき肉 人参 玉ねぎ かぼちゃ) 野菜スープ(玉ねぎ 人参 えのき)	軟飯 豚肉と野菜の煮物 豆乳スープ マカロニのケチャップ煮	煮浸し(キャベツ 玉ねぎ) 白身魚スープ (大根 人参 長ねぎ おひょう)	白身魚雑炊 牛乳 果物
22	金	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(ほうれん草 しめじ) 味噌汁(大根 人参 えのき)	軟飯 煮魚 煮浸し 具だくさん味噌汁 りんごの甘煮	スティックポテト(じゃがいも) しらすスープ (大根 人参 長ねぎ しらす)	しらす雑炊 牛乳 果物
27	水	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(椎茸 人参) すまし汁(大根 長ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 潮汁 さつまいものバター煮	煮浸し(菜の花) 野菜スープ (大根 人参 玉ねぎ)	おかか雑炊 牛乳 果物

・都合によりメニュー・材料が変更になる場合があります。