



# 2月離乳食献立表

2021.2.1

たかさご保育園キッチン

日	曜	前期食 (10:00~)	中期食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:15~)	中期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1 15	月	かゆ 煮魚、煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、玉ねぎ) 味噌汁(大根、人参)	軟飯、煮魚、煮ひたし 大根と人参の味噌汁 りんごの甘煮	かゆ、野菜の煮物(もやし、いんげん) かじき入りスープ (かじき、大根、人参、長ねぎ)	かじき雑炊 牛乳、果物
2 16	火	かゆ、野菜の煮物 (じゃが芋、玉ねぎ、人参) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、きゃべつ)	軟飯、野菜スープ ひき肉と野菜の煮物 茹でブロッコリー	かゆ、茹でブロッコリー(ブロッコリー) 鮭入りスープ (生鮭、大根、人参、長ねぎ)	鮭雑炊 牛乳、果物
3 17	水	かゆ 煮魚、野菜の煮物 わかめスープ	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、大根) わかめスープ(人参、玉ねぎ、わかめ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 野菜入りわかめスープ ジャーマンポテト	かゆ、野菜の煮物(玉ねぎ、じゃが芋) 野菜スープ (豚ひき肉、大根、人参、長ねぎ)	豚そぼろ雑炊 牛乳、果物
4 18	木	かゆ、煮魚 茹でブロッコリー すまし汁	かゆ、煮魚(白身魚) 茹でブロッコリー(ブロッコリー) すまし汁(人参、長ねぎ、えのき)	軟飯、煮魚、茹でブロッコリー 麩とえのきのすまし汁 煮豆	じゃが芋のトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、トマト、じゃが芋) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃが芋のトマト煮 牛乳、果物
5 19	金	かゆ、野菜の煮物 (じゃが芋、玉ねぎ、人参) 味噌汁	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、じゃが芋) 味噌汁(豆腐、なめこ)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 豆腐となめこの味噌汁 かじきのいそげ揚げ	かゆ、煮魚(かじき) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	おかゆ雑炊 牛乳、果物
6 20	土	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、さつまいも) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、さつまいも) 野菜スープ(きゃべつ、玉ねぎ、大根)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 きゃべつと玉ねぎのスープ 大根の甘煮	野菜雑炊 (人参、大根、玉ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
8 22	月	かゆ、野菜の煮物 (人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、人参、玉ねぎ、ピーマン) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、えのき)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 きのこのスープ 煮魚(おひょう)	かゆ、おかゆ煮(もやし、かつお節) たら入りスープ (たら、大根、人参、長ねぎ)	たら雑炊 牛乳、果物
9	火	かゆ 煮魚、煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 煮ひたし(人参、小松菜) 味噌汁(大根、わかめ)	軟飯、煮魚 煮ひたし、大根の味噌汁 かぼちやの甘煮	かゆ、かぼちやの煮物(かぼちや) 白身魚入りスープ (白身魚、人参、玉ねぎ、ピーマン)	白身魚雑炊 牛乳、果物
10 24	水	かゆ 煮魚、おかゆ煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) おかゆ煮(きゃべつ、もやし、かつお節) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、おかゆ煮 玉ねぎと人参の味噌汁 マッシュポテト	かゆ、じゃが芋の煮物(じゃが芋) しらす入りスープ (しらす、大根、人参、長ねぎ)	しらす雑炊 牛乳、果物
25	木	かゆ 魚のホイル蒸し 味噌汁	かゆ、魚のホイル蒸し (白身魚、人参、玉ねぎ、しいたけ) 味噌汁(かぶ、きゃべつ)	軟飯、魚のホイル蒸し かぶの味噌汁 ほうれん草としらすのソテー	かゆ、煮ひたし(人参、ほうれん草) 味噌汁 (かじき、大根、人参、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物
12 26	金	かゆ、野菜のトマト煮 (人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト) 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜のトマト煮 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、マッシュルーム、トマト) 野菜スープ(玉ねぎ、人参、きゃべつ)	軟飯、ひき肉と野菜のトマト煮 ジュリアンスープ じゃが芋のバター煮	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (大根、人参、長ねぎ)	野菜雑炊 牛乳、果物
13 27	土	かゆ 煮魚、煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、いんげん) 野菜スープ(人参、玉ねぎ、きゃべつ)	軟飯、煮魚、煮ひたし 玉ねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	おかゆ雑炊 (人参、玉ねぎ、きゃべつ、かつお節)	おかゆ雑炊 牛乳

- 都合によりメニュー、材料が変更になる場合があります。
- 今月の果物は、いよかん、りんご、いちごなどのローテーションとなります。

