



# 2月 幼児食献立表



日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ	日曜日	昼食	食材	フルーツ	おやつ
1 火	黒米ご飯 豚肉野菜巻きフライ クープイリチー アーサ汁 《旧正月メニュー》	白米 黒米 豚肉の野菜巻きフライ ブロッコリー 昆布 切干大根 ちきあぎ なら こんにやく アーサ 絹豆腐	オレンジ	ちんすこう りんご 牛乳	16 水	ご飯 魚の西京焼き きんぴらごぼう なめこ汁	白米 白身魚 トマト ごぼう 人参 ツキアゲ 小松菜 なめこ 絹豆腐 ねぎ みそ	ピーチ缶	ホットココア バナナ クラッカー
2 水	ご飯 サバのカレー揚げ 筑前煮 もずくのみそ汁	白米 あわ サバ トマト 鶏肉 大根 人参 ごぼう こんにやく きぬさや もずく ねぎ みそ	りんご	キャロットケーキ 牛乳 ホットケーキミックス 牛乳 卵 砂糖 人参 バター	17 木	ミートスパゲティ かみかみあえ コーンスープ	スパゲティ 合挽き 玉ねぎ 人参 セロリ トマトホール しらす 人参 胡瓜 キャベツ クリームコーン 小松菜 牛乳	みかん	塩おにぎり ウインナー 白米
3 木	節分ドライカレー スパサラダ オニオンスープ	白米 人参 豚ミンチ 玉ねぎ コーン 大豆 ピーマン レーズン ウインナー サラスパ 胡瓜 魚肉ソーセージ 人参 マヨドレ 玉ねぎ 人参 パセリ 	みかん	練乳小豆蒸しパン 牛乳 豆乳 練乳 ホットケーキミックス 小倉あん	18 金	 お弁当会 			ソファールヨーグルト ビスケット
4 金	麦ご飯 鶏肉のソース焼き ジャーマンポテト 白菜のみそ汁	白米 押し麦 鶏肉 コーン じゃが芋 玉ねぎ 人参 ベーコン ピーマン 白菜 しめじ ねぎ みそ	ゼリー	揚げパン 牛乳 ロールパン きな粉 砂糖	19 土	焼肉チャーハン 大根の和え物 豆腐のみそ汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 ピーマン 焼肉のタレ 大根 胡瓜 ツナ缶 木綿豆腐 小松菜 みそ	バナナ	はちやぐみ プルーン 牛乳
5 土	じゅーしー 胡瓜の和え物 鶏汁	白米 ツナ缶 ひじき 人参 なら 胡瓜 ワカメ ちくわ 鶏肉 大根 人参 こんにやく ねぎ みそ	バナナ	動物ビスケット チーズ 牛乳	21 月	大根チキンカレー コールスローサラダ ワカメスープ	白米 鶏肉 大根 人参 玉ねぎ じゃが芋 グリンピース 牛乳 キャベツ 胡瓜 りんご 人参 マヨネーズ ワカメ 玉ねぎ ねぎ	ヨーグルト あえ	アメリカンドック 牛乳 ウインナー 卵 牛 ホットケーキミックス
7 月	豚肉と大豆のハヤシライス 大根サラダ ワカメスープ	豚肉 大豆 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン 大根 カニ棒 小松菜 ワカメ 玉ねぎ ねぎ	りんご	オートミールクッキー 牛乳 オートミール 卵 バター 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	22 火	もちきびご飯 レバーフライ もやしの和え物 豆腐のみそ汁	白米 もちきび 豚レバー 卵 パン粉 小麦粉 しらす 人参 もやし 胡瓜 ワカメ 木綿豆腐 ねぎ みそ	りんご	ハムチーズサンド 牛乳 食パン ハム チーズ マヨネーズ
8 火	ご飯 魚天ぷら 豆腐チャンプルー 冬瓜のみそ汁	白米 白身魚 天ぷら粉 トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 豚肉 厚揚げ なら 冬瓜 しめじ ねぎ みそ	オレンジ	ぜんざい せんべい 金時豆 押し麦 黒糖 砂糖	24 木	中身そば 南瓜の煮物 もずく酢	沖縄そば 中身 豚肉 こんにやく 椎茸 ねぎ 南瓜 もずく 胡瓜	みかん	いなり寿司 お茶 白米 たくあん いなり揚げ
9 水	麦ご飯 うじら豆腐 人参しりしり 白菜のみそ汁	白米 押し麦 木綿豆腐 魚のすり身 卵 ひじき コーン 人参 人参 玉ねぎ 鶏ミンチ 小松菜 白菜 油揚げ ねぎ みそ	たんかん	アガラサー 牛乳 強力粉 黒糖 重曹 牛乳	25 金	タコライス 揚げさつま芋 ゆし豆腐	白米 合挽き 玉ねぎ 人参 ピーマン レタス トマト チーズ さつま芋 ゆし豆腐 ねぎ	オレンジ	バースディケーキ 野菜ジュース
10 木	ご飯 豚肉の味噌漬け焼き 南瓜サラダ ソーメン汁	白米 豚肉 玉ねぎ 人参 いんげん みそ 南瓜 卵 レーズン チーズ マヨネーズ ソーメン ねぎ	バナナ	ふかし芋 牛乳 さつま芋	26 土	焼きそば 胡瓜の和え物 ワカメの味噌汁	中華麺 豚肉 もやし 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 ワカメ 玉ねぎ ねぎ みそ	バナナ	ビスコ チーズ 牛乳
12 土	ひき肉親子どんぶり 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 卵 かいわれ 胡瓜 ツナ缶 コーン ワカメ 大根 ねぎ みそ	オレンジ	タンナファクルー レーズン 牛乳	28 月	麦ご飯 カラフル麻婆豆腐 春雨サラダ 卵スープ	白米 押し麦 木綿豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 ピーマン みそ 春雨 胡瓜 ハム 卵 小松菜	りんご	チョコチップスコーン 牛乳 バター チョコ ホットケーキミックス 牛乳
14 月	パン ホワイトシチュー ブロッコリーサラダ コロッケ	パン 鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 牛乳 ブロッコリー 人参 コーン コロッケ	りんご	バレンタインチョコケーキ 牛乳 油 砂糖 卵 小麦粉 ココア 牛乳 チョコチップ					
15 火	雑穀米ご飯 納豆みそ チーズちくわ揚げ 胡瓜の和え物 豚汁	白米 雑穀米 納豆 みそ 砂糖 油 チーズ ちくわ 天ぷら粉 胡瓜 しらす 人参 ごま 豚肉 大根 人参 こんにやく ねぎ みそ	みかん	お好み焼き 牛乳 ウインナー 卵 ね お好み焼きミックス キャベツ 人参	※ 食材の都合により献立を変更する事があります ※ 11日(金) 建国記念日でお休みです ※ 23日(水) 天皇誕生日でお休みです				



# 2月 離乳食 献立表



令和4年 美童保育園

栄養士 照屋恵美

日曜日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)			おやつ (3回食より開始)	日曜日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 ヨーグルト状(ペースト)			おやつ (3回食より開始)	
		中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	豆腐の固さ(マッシュ)	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月				中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	豆腐の固さ(マッシュ)	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月		
1	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト 人参ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	チーズ パンケーキ	16	水	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し 小松菜ペースト 豆腐のすり流し汁 果汁	おやつ (3回食より開始)	
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 豆腐のすまし汁 果物				中期	全粥	魚のトマトつぶし煮 小松菜のつぶし煮 豆腐のみそ汁 果物		トマト粥
		後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 人参いり煮 豆腐のすまし汁 果物				後期	軟飯	魚のトマト煮 小松菜のやわらか煮 豆腐のみそ汁 果物		小松菜スープ
2	水	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し 大根ペースト オニオンスープ 果汁	人参 パンケーキ	17	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト キャベツの和え物マッシュ オニオンスープ 果汁	鶏おじや トマトスープ	
		中期	全粥	魚のつぶしトマト煮 大根のつぶし煮 オニオンスープ 果物				中期	全粥	鶏肉とトマトのつぶし煮 キャベツのつぶしあえ オニオンスープ 果物		
		後期	軟飯	魚のトマト煮 大根の煮物 オニオンスープ 果物				後期	軟飯	鶏肉のトマト煮 キャベツの和え物 オニオンスープ 果物		
3	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト ブロッコリーサラダマッシュ すましスープ 果汁	ささみおじや 野菜スープ	18	金	初期	つぶし粥	魚のすり流し 大根の煮物マッシュ すまし汁 果汁	バナナ パンケーキ	
		中期	全粥	ささみと野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ ゆし豆腐 果物				中期	全粥	魚のつぶし野菜煮 大根のつぶし煮 すまし汁 果物		
		後期	軟飯	ささみの野菜煮 ブロッコリーサラダ ゆし豆腐 果物				後期	軟飯	魚の野菜煮 大根の煮物 すまし汁 果物		
4	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト じゃが芋ペースト 白菜スープ 果汁	南瓜粥 じゃが芋スープ	19	土	初期	つぶし粥	魚のすり流し 大根の和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁 果汁	ツナおじや 大根スープ	
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 白菜のみそ汁 果物				中期	全粥	魚のつぶし野菜煮 大根のつぶしあえ 豆腐のみそ汁 果物		
		後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 じゃが芋の煮物 白菜のみそ汁 果物				後期	軟飯	魚の野菜煮 大根の和え物 豆腐のみそ汁 果物		
5	土	初期	つぶし粥	魚のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 果汁	鶏おじや 野菜スープ	21	月	初期	つぶし粥	野菜ペースト コールスローサラダマッシュ 大根スープ 果汁	煮込みうどん	
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ 鶏汁 果物				中期	全粥	つぶし肉じゃが つぶしコールスローサラダ 大根スープ ヨーグルトあえ		
		後期	軟飯	魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁 果物				後期	軟飯	肉じゃが コールスローサラダ 大根スープ ヨーグルトあえ		
7	月	初期	つぶし粥	野菜のミルク煮ペースト 大根サラダマッシュ オニオンスープ 果汁	しらすおじや 大根スープ	22	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト キャベツペースト すましスープ 果汁	ほうれん草おじや キャベツスープ	
		中期	全粥	ささみのつぶしミルク煮 大根つぶしサラダ オニオンスープ 果物				中期	全粥	ささみのつぶしミルク煮 つぶし和え物 豆腐のみそ汁 果物		
		後期	軟飯	ささみのミルク煮 大根サラダ オニオンスープ 果物				後期	軟飯	ささみのミルク煮 和え物 豆腐のみそ汁 果物		
8	火	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し 野菜ペースト 冬瓜スープ 果汁	おじや 豆腐のすまし汁	24	木	初期	つぶし粥	魚のすり流し 南瓜の煮物 すましスープ 果汁	おじや 南瓜スープ	
		中期	全粥	魚のトマトつぶし煮 野菜つぶし煮 冬瓜のみそ汁 果物				中期	全粥	魚のつぶし煮 南瓜の煮物 つぶしうどん汁 果物		
		後期	軟飯	魚のトマト煮 野菜チャンプル煮 冬瓜のみそ汁 果物				後期	軟飯	魚の煮物 南瓜の煮物 うどん汁 果物		
9	水	初期	つぶし粥	豆腐のすり流し 人参ペースト 冬瓜スープ 果汁	バナナ パンケーキ	25	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト さつま芋マッシュ すましスープ 果汁	バナナ パンケーキ	
		中期	全粥	豆腐のつぶし煮 人参しりしり煮 冬瓜のみそ汁 果物				中期	全粥	鶏肉のつぶし野菜煮 さつま芋のつぶし煮 ゆし豆腐 果物		
		後期	軟飯	豆腐の煮物 人参しりしり 冬瓜のみそ汁 果物				後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 さつま芋の煮物 ゆし豆腐 果物		
10	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ すましスープ 果汁	ふかし芋	26	土	初期	つぶし粥	野菜ペースト ポテトサラダマッシュ 白菜スープ 果汁	おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥	鶏肉のミルクつぶしに 南瓜サラダ ソーメン汁 果物				中期	全粥	鶏肉の野菜つぶし煮 つぶしポテトサラダ 白菜のみそ汁 果物		
		後期	軟飯	鶏肉のミルク煮 南瓜サラダ ソーメン汁 果物				後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ 白菜のみそ汁 果物		
12	土	初期	つぶし粥	野菜ペースト 大根ペースト オニオンスープ 果汁	南瓜おじや 大根スープ	28	月	初期	つぶし粥	野菜ペースト 南瓜の煮物 すましスープ 果汁	大根粥 南瓜スープ	
		中期	全粥	鶏肉のつぶし煮 胡瓜のつぶしあえ オニオンスープ 果物				中期	全粥	マーボーつぶし豆腐 南瓜の煮物 すまし汁 果物		
		後期	軟飯	鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 オニオンスープ 果物				後期	軟飯	マーボー豆腐 南瓜の煮物 すまし汁 果物		
14	月	初期	つぶし粥	じゃが芋ペースト ブロッコリーサラダマッシュ 大根スープ 果汁	りんご パンケーキ	<div style="text-align: center;"> </div>						
		中期	全粥	つぶし肉じゃが つぶしブロッコリーサラダ 大根スープ 果物								
		後期	軟飯	肉じゃが ブロッコリーサラダ 大根スープ 果物								
15	火	初期	つぶし粥	魚のすり流し 人参ペースト 大根スープ 果汁	さつま芋おやき	<p>※ 11日(木)は建国記念日でお休みです</p> <p>※ 23日(火)は天皇誕生日でお休みです</p> <p>※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています</p>						
		中期	全粥	魚のつぶし野菜煮 胡瓜のつぶしあえ みそ汁 果物								
		後期	軟飯	魚の野菜煮 胡瓜の和え物 みそ汁 果物								