



2月 幼児食 献立表



美童保育園
栄養士 照屋恵美

令和6年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)			日曜日	果物	昼食	おもな食材(食品)			
			赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1 木	バナナ	ミートスパゲティ かみかみあえ ワカメスープ	スパゲティ	人参 セロリ コントト		16 金	りんご	炊き込みご飯 鶏かき揚げ イナムドウチ	昆布 ツナ缶 鶏肉 豚肉 かまぼこ	白米 さつま芋 こんにゃく	人参 にはら 玉ねぎ 水菜 椎茸 大根 ねぎ	
	午後おやつ	切干大根おにぎり チーズ	チーズ	白米 ごま	切干大根 人参		午後おやつ	バナナ	バナナ 生姜焼き丼 胡瓜とちくわの和え物 みそ汁	豚肉 ちくわ	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 煮仁 玉ねぎ ねぎ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
2 金	みかん	節分鬼ドライカレー スパサラダ コンソメスープ	豚ミンチ ウインナー 大豆	白米	玉ねぎ 人参 コーン ピーマン レーズン	17 土	バナナ	バナナ 生姜焼き丼 胡瓜とちくわの和え物 みそ汁	豚肉 ちくわ	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ピーマン 胡瓜 煮仁 玉ねぎ ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
3 土	バナナ	ジュシー 胡瓜の和え物 豚汁	ツナ缶 ひじき わかめ ちくわ	白米	人参 にはら 胡瓜	19 月	オレンジ	オレンジ 大根チキンカレー コールスローサラダ ワカメスープ	鶏肉 牛乳 鶏肉 牛乳	白米 じゃが芋 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 大根 GP キャベツ 胡瓜 りんご 人参 えのき ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
5 月	オレンジ	ご飯 豚肉の南部揚げ クーブイリチー ゆし豆腐	豚肉 卵 ちきあぎ 昆布	白米 小麦粉	トマト 切干大根 にはら ねぎ	20 火	バナナ	バナナ 麦ご飯 納豆みそ チーズちくわ揚げ 鶏汁	納豆 ちくわ チーズ 鶏肉	白米 押し麦 てんぷら粉 こんにゃく	玉ねぎ 人参 大根 ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
6 火	りんご	ご飯 タンドライチキン 人参しりしり 冬瓜のみそ汁	鶏肉 ヨーグルト ウインナー 卵	白米	人参 玉ねぎ いんげん 冬瓜 しめじ ねぎ	21 水	みかん	みかん 中身そば 大根の和え物 金時豆の甘煮	中身 豚肉 ツナ缶	沖繩そば こんにゃく 金時豆 黒糖 砂糖	椎茸 ねぎ 大根 胡瓜	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
7 水	たんかん	肉うどん 春菊の白和え ポテトフライ	豚肉 かまぼこ 木綿豆腐 ツナ缶	うどん	長ネギ 玉ねぎ ほうれん草 春菊 人参	22 木	りんご	りんご もちきびご飯 魚の天ぷら 豆腐チャンプルー 冬瓜のみそ汁	豚肉 厚揚げ 豚肉 厚揚げ	白米 もちきび てんぷら粉	トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 にはら 冬瓜 しめじ ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
8 木	パイナップル	玄米ご飯 魚の西京焼き きんぴらごぼう すまし汁	白身魚 ちきあぎ 絹豆腐	白米 玄米	ブロッコリー ごぼう 人参 小松菜 ねぎ	24 土	バナナ	バナナ チャーハン 胡瓜の和え物 キャベツスープ	鶏ミンチ ツナ缶 ベーコン	白米 白米	玉ねぎ 人参 からし菜 コーン 胡瓜 人参 キャベツ ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
9 金	お弁当会					26 月	オレンジ	オレンジ もずく丼ぶり 南瓜サラダ 味噌汁	もずく 豚ミンチ 卵 チーズ 絹豆腐	白米 マヨネーズ	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン 南瓜 レーズン ほうれん草	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
10 土	バナナ	ひき肉親子どんぶり 胡瓜の和え物 大根のみそ汁	鶏ミンチ 卵 ツナ缶 アーサ	白米	人参 玉ねぎ かいわれ 胡瓜 コーン 大根 ねぎ	27 火	バナナ	バナナ 麦ご飯 鮭のオーロラソース焼き 麩チャンプルー ゆし豆腐	鶏ミンチ 卵 卵 ポーク ゆし豆腐	白米 押し麦 マヨネーズ	トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 にはら ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
13 火	みかん	もちきびご飯 カラフルマーボー豆腐 春雨サラダ 卵スープ	豚ミンチ ハム 卵	白米 もちきび 春雨	長ネギ 人参 ピーマン 胡瓜 小松菜	28 水	りんご	りんご ご飯 豚肉のみそ漬焼き マカロニサラダ 冬瓜のすまし汁	豚肉 豚肉	白米 マカロニ マヨネーズ	玉ねぎ 人参 いんげん 胡瓜 みかん缶 人参 冬瓜	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
14 水	いちご	チーズバーガー ほうれん草サラダ クラムチャウダー	豚ミンチ チーズ ツナ缶 ベーコン 牛乳	パン パン粉	玉ねぎ ほうれん草 人参 玉ねぎ ぱせり 人参 コーン	29 木	バナナ	バナナ もちきびご飯 きびなごの唐揚げ ひじき炒め 豆腐のみそ汁	きびなご ひじき 豚肉 厚揚げ	白米 もちきび しらたき	トマト 人参 にはら 白菜 ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
15 木	パイナップル	ご飯 サバのカレー揚げ 筑前煮 ソーメン汁	サバ 鶏肉 ソーメン	白米	トマト 大根 人参 ごぼう 絹さや ねぎ	※ 食材の都合により献立を変更することがあります。 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。 ※ 12日(月)祝日 建国記念日 ※ 23日(金)祝日 天皇誕生日	バナナ	バナナ もちきびご飯 きびなごの唐揚げ ひじき炒め 豆腐のみそ汁	きびなご ひじき 豚肉 厚揚げ	白米 もちきび しらたき	トマト 人参 にはら 白菜 ねぎ	
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ
	午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ		午後おやつ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ	バナナ





2月 離乳食 献立表



令和6年

美童保育園

日	曜日	初期(ごつくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
1	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 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶしあえ オニオンスープ 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 キャベツの和え物 オニオンスープ		バナナ果汁 バナナ	切干大根おにぎり	
2	金	初期 つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ キャベツスープ 中期 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ キャベツスープ 後期 軟飯 ささみの野菜煮 ポテトサラダ キャベツスープ		みかん果汁 みかん	ササミおじや 野菜スープ	
3	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	ツナおじや 野菜スープ	
5	月	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり煮 ゆし豆腐		オレンジ果汁 オレンジ	さつま芋おやき	
6	火	初期 つぶし粥 野菜ペースト 人参と豆腐のすり流し 冬瓜スープ 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁		りんご果汁 煮りんご	鶏おじや 豆腐のすまし汁	
7	水	初期 つぶし粥 野菜ペースト 豆腐の白和えすりながし すましスープ 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし白和え つぶしうどん汁 後期 軟飯 鶏肉の煮物 豆腐の白和え うどん汁		みかん果汁 みかん	鮭おにぎり	
8	木	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜とえ物マッシュ 豆腐のすり流し汁 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし和え 豆腐のすまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 小松菜の軟らか煮 豆腐のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	しらす粥 小松菜スープ	
9	金	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト すましスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋つぶし煮 すまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 すまし汁		りんご果汁 煮りんご	りんごパンケーキ	
10	土	初期 つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 大根スープ 中期 全粥 鶏肉のつぶし煮 胡瓜のおろし和え 大根のみそ汁 後期 軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	南瓜おじや 大根スープ	
13	火	初期 つぶし粥 豆腐のすり流し さつま芋マッシュ 小松菜スープ 中期 全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 小松菜スープ 後期 軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 小松菜スープ		みかん果汁 みかん	さつま芋粥 豆腐のすまし汁	
14	水	初期 つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草サラダマッシュ ミルクスープすり流し 中期 全粥 ささみと野菜のつぶし煮 ほうれん草つぶしサラダ ミルクスープ 後期 軟飯 ささみの野菜煮 ほうれん草サラダ ミルクスープ		バナナ果汁 いちご	いちごパンケーキ	
15	木	初期 つぶし粥 魚とトマトのすり流し 大根の煮マッシュ すましスープ 中期 全粥 魚とトマトのつぶし煮 大根のつぶし煮 ソーメン汁 後期 軟飯 魚のトマト煮 大根の煮物 ソーメン汁		オレンジ果汁 オレンジ	チーズパン	
16	金	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋マッシュ すましスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしさつま芋煮 つぶしソーメン汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 ソーメン汁		オレンジ果汁 オレンジ	トマトパンケーキ	
17	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ すましスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ すまし汁 後期 軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ すまし汁		バナナ果汁 バナナ	おじや じゃが芋スティック	
19	月	初期 つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ 大根スープ 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 後期 軟飯 肉じゃが コールスローサラダ 大根スープ		オレンジ果汁 オレンジ	りんごパンケーキ	
20	火	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ 中期 納豆全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 後期 納豆軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のすまし汁		バナナ果汁 バナナ	鶏粥 南瓜スープ	
21	水	初期 つぶし粥 魚のすり流し 大根の和え物マッシュ すましスープ 中期 全粥 魚のつぶし煮 大根のつぶしあえ つぶしうどん汁 後期 軟飯 魚の煮物 大根の和え物 うどん汁		みかん果汁 みかん	刻みいなりおにぎり	
22	木	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 中期 全粥 魚とトマトのつぶし煮 野菜つぶし煮 冬瓜のみそ汁 後期 軟飯 魚のトマト煮 野菜チャンプルー煮 冬瓜のみそ汁		りんご果汁 煮りんご	りんごパンケーキ	
24	土	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋マッシュ キャベツスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 キャベツスープ 後期 軟飯 魚と野菜の煮物 さつま芋の煮物 キャベツスープ		バナナ果汁 バナナ	鶏おじや オニオンスープ	
26	月	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 中期 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶし南瓜サラダ みそ汁 後期 軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ みそ汁		オレンジ果汁 オレンジ	にゅうめん	
27	火	初期 つぶし粥 魚と野菜のすり流し 野菜ペースト すましスープ 中期 全粥 魚と野菜のつぶし煮 麩チャンプルーつぶし煮 ゆし豆腐 後期 軟飯 魚と野菜の煮物 麩チャンプルー煮 ゆし豆腐		バナナ果汁 バナナ	チーズパン	
28	水	初期 つぶし粥 野菜のミルク煮ペースト ポテトサラダマッシュ 冬瓜スープ 中期 全粥 鶏肉のつぶしミルク煮 つぶしポテトサラダ 冬瓜のすまし汁 後期 軟飯 鶏肉のミルク煮 ポテトサラダ 冬瓜のすまし汁		りんご果汁 煮りんご	ふかし芋	
29	木	初期 つぶし粥 魚とトマトのすり流し じゃが芋ペースト 白菜スープ 中期 全粥 魚とトマトのつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 白菜スープ 後期 軟飯 魚のトマト煮 じゃが芋の煮物 白菜のみそ汁		バナナ果汁 バナナ	パンケーキ	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
 ※ 12日(月) 建国記念日でお休みです。
 ※ 23日(金) 天皇誕生日でお休みです。

