



2月 幼児食献立表



美童保育園
栄養士 照屋恵美

令和7年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日	曜日	果物 緑	昼食	おもな食材(食品)				日	曜日	果物 緑	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	土	バナナ	ジュシー	ツナ缶 ひじき	白米	人参 にら	17	月	オレンジ	チキンカレー	鶏肉 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 ブロッコリー		
			胡瓜の和え物	わかめ ちくわ		胡瓜				コールスローサラダ		マヨネーズ	キャベツ 胡瓜 コーン 人参		
3	月	みかん	豚汁	豚肉	大根 ごぼう 人参 ねぎ		18	火	バナナ	りんごケーキ	卵 牛乳	ケーキMIX パター 砂糖	りんご		
			動物ビスケット		ビスケット					牛乳	牛乳				
4	火	バナナ	節分鬼ミートライス	豚ミンチ ウインナー	白米	玉ねぎ 人参 コーン ビーマン レーズ	19	水	バナナ	ご飯		白米			
			ピーンズサラダ	卵 キドニーピーンズ		レタス 胡瓜				サバのカレー揚げ	サバ		トマト		
5	水	りんご	コンソメスープ		玉ねぎ 人参 パセリ		20	木	みかん	ご飯		白米			
			鬼カステラ	ホイップクリーム	カステラ チョコ					納豆みそ	納豆				
6	木	バナナ	もちぎびご飯		白米 もちぎび		21	金	お弁当会						
			きびなごの唐揚げ	きびなご		トマト			クレープイリチー	ちきあぎ 昆布	しらたき	切干大根 にら			
7	金	バナナ	厚揚げのみそ汁	厚揚げ	白菜 ねぎ		22	土	バナナ	からし菜チャーハン	ポーク	白米	玉ねぎ 人参 からし菜 コーン		
			ソーメンチャンプルー	ツナ缶	ソーメン	玉ねぎ にら				胡瓜の和え物	ツナ缶		胡瓜 人参		
8	土	バナナ	肉うどん	豚肉 かまぼこ	うどん	長ネギ 玉ねぎ	23	日	バナナ	黒棒 チーズ	チーズ	黒棒			
			ポテトフライ	ツナ缶 木綿豆腐	フライドポテト					みそ汁	絹豆腐		キャベツ ねぎ		
9	月	バナナ	生姜焼き丼	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン	24	月	バナナ	もずく丼ぶり	もずく 豚ミンチ	白米	玉ねぎ 人参 ビーマン コーン		
			胡瓜とちくわの和え物	ちくわ		胡瓜 人参				南瓜サラダ	卵 チーズ	マヨネーズ	南瓜 レーズン		
10	月	バナナ	みそ汁		じゃが芋	玉ねぎ ねぎ	25	火	バナナ	みそ汁	絹豆腐		ほうれん草		
			ビスコ		ビスコ					野菜かりんとう		かりんとう			
11	火	バナナ	チーズ牛乳	チーズ 牛乳			26	水	りんご	もちぎびご飯		白米 もちぎび			
			マカロニサラダ	卵	マカロニ マヨネーズ	胡瓜 みかん缶 人参				鮭のオーロラソース焼き	鮭	マヨネーズ	トマト		
12	水	バナナ	ヒラヤーチー	ツナ缶 卵	小麦粉	ねぎ	27	木	バナナ	ご飯		白米			
			生揚げ豆腐	豆腐 厚揚げ		キャベツ 玉ねぎ 人参 にら				タンドリーチキン	鶏肉 ヨーグルト				
13	木	バナナ	ふかし芋		さつま芋		28	金	バナナ	ジャーマンポテト	ウインナー	じゃが芋	玉ねぎ 人参 パセリ		
			大根スティック		マヨネーズ	大根				アーサ汁	アーサ 絹豆腐		ねぎ		
14	金	バナナ	チーズバーガー	豚ミンチ チーズ	パン パン粉	玉ねぎ	29	土	バナナ	ご飯		白米			
			レタスサラダ	ツナ缶		レタス トマト				春雨サラダ	ちくわ	春雨	玉ねぎ 人参 いんげん		
15	土	バナナ	クラムチャウダー	ベーコン 牛乳	じゃが芋	玉ねぎ パセリ 人参	30	日	バナナ	芋天ぷら		さつま芋 てんぷら粉			
			ひき肉親子どんぶり	鶏ミンチ 卵	白米	人参 玉ねぎ かいわれ				大根のみそ汁	アーサ		大根 ねぎ		
			タンナファクル		タンナファクル										

※ 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。
 ※ 11日(火)祝日 建国記念日で休みです。
 ※ 24日(月)祝日 天皇誕生日振替休日でも休みです。

▲▲▲窒息・誤嚥事故防止に関する注意▲▲▲
 豆やナッツ類など、硬くてかみ砕く必要のある食品は、5歳以下の子どもには食べさせないでください。小さく砕いた場合でも、気管に入り込んでしまうと肺炎や気管支炎になるリスクがあります。節分の豆まきも、ピーナッツや乾燥大豆は避け、子どもがすぐに口に入れられないような個包装にされた物や口に入れても危険でない物で楽しんで下さい。



2月 離乳食 献立表



令和7年

美童保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)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)
1	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	バナナ果汁	ツナおじや 野菜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
3	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ	みかん果汁	人参パンケーキ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ オニオンスープ	みかん	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		
4	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し ジャが芋ペースト 白菜スープ	バナナ果汁	トマト粥 じゃが芋スープ
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 ジャが芋のつぶし煮 白菜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚のトマト煮 ジャが芋の煮物 白菜のみそ汁		
5	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草の白和えマッシュ すましスープ	りんご果汁	鮭おにぎり
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 ほうれん草のつぶし白和え つぶしうどん汁	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 ほうれん草の白和え うどん汁		
6	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ	オレンジ果汁	さつま芋おやき
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり煮 ゆし豆腐		
7	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜煮物マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ササミ粥 小松菜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 小松菜のやわらか煮 豆腐のみそ汁		
8	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ジャが芋マッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	チーズおじや オニオンスープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		
10	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト 小松菜スープ	バナナ果汁	さつま芋粥 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 さつま芋マッシュ 小松菜スープ	ヨーグルトあえ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 小松菜スープ		
12	水	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	オレンジ果汁	トマトパンケーキ
		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	オレンジ	
		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		
13	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	バナナ果汁	鶏おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶし和え オニオンスープ	バナナ	
		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		
14	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト トマトペースト ジャが芋すり流し汁	みかん果汁	トマトパンケーキ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 レタスつぶしサラダ ミルクスープ	みかん	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 レタスサラダ ミルクスープ		
15	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 胡瓜のつぶしあえ 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁		
17	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ ジャが芋スープ	オレンジ果汁	りんごパンケーキ
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 コールスローつぶしサラダ ジャが芋スープ	オレンジ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 コールスローサラダ ジャが芋スープ		
18	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 大根の煮物マッシュ すましスープ	バナナ果汁	トマトパンケーキ
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 大根のつぶし煮 つぶしソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚のトマト煮 大根の煮物 ソーメン汁		
19	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 大根の和え物マッシュ すましスープ	りんご果汁	ツナ粥 大根スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 大根のつぶしあえ つぶしうどん汁	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 大根の和え物 うどん汁		
20	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	みかん果汁	トマトおじや 南瓜スープ
		中期	納豆全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のみそ汁	みかん	
		後期	納豆軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
21	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ジャが芋マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 ジャが芋のつぶし煮 すまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 ジャが芋の煮物 すまし汁		
22	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト キャベツスープ	バナナ果汁	鶏おじや オニオンスープ
		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	バナナ	
		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		
25	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	にゅうめん
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ みそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ みそ汁		
26	水	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参いり煮ペースト すましスープ	りんご果汁	りんごパンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	煮りんご	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 人参いり煮 ゆし豆腐		
27	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ジャが芋の煮物 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	りんごパンケーキ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ジャが芋のつぶし煮 豆腐のみそ汁	煮りんご	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ジャが芋の煮物 豆腐のみそ汁		
28	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト マッシュポテト 冬瓜スープ	バナナ果汁	ふかし芋
		中期	全粥 鶏肉のつぶし野菜煮 ポテつぶしサラダ 冬瓜のすまし汁	ヨーグルトあえ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ 冬瓜のすまし汁		

※ 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。
 ※ 11日(火)建国記念日でお休みです。
 ※ 24日(月)天皇誕生日振替休日でお休みです。

