















離乳食だより 前期 2月

	月	火	水	木	金	土
昼食		1 おかゆ 白身魚煮 白身魚・だし キャベツの和え物 キャベツ・胡瓜・人参・だし 豆腐汁 豆腐・人参・玉ねぎ・だし	2 おかゆ 豆腐煮 豆腐・玉ねぎ・だし 小松菜ペースト 小松菜・だし 白菜ミネストローネ 白菜・玉ねぎ・人参・トマト缶・だし	3 まめまき おかゆ ささみ煮 ささみ・だし レタスサラダ レタス・胡瓜・人参・だし 野菜汁 玉ねぎ・人参・だし	4 おかゆ じゃが芋ペースト じゃが芋・だし 胡瓜の和え物 玉ねぎ・胡瓜・だし 野菜スープ キャベツ・人参・コーン・だし	5 おかゆ ささみ煮 ささみ・人参・だし 豆腐汁 豆腐・大根・人参・だし
	7 おかゆ 野菜煮 玉ねぎ・人参・だし 小松菜サラダ コーン・胡瓜・小松菜・トマト・だし 人参汁 人参・玉ねぎ・だし	8 おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐・玉ねぎ・人参・だし キャベツサラダ 人参・キャベツ・胡瓜・コーン・だし さつまいも汁 さつまいも・玉ねぎ・だし	9 おかゆ 白身魚ペースト 白身魚・だし ほうれん草煮 人参・ほうれん草・だし 野菜スープ 人参・コーン・だし	10 おべんとうの日 	11 建国記念の日 	12 おかゆ ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・だし 野菜スープ 人参・玉ねぎ・コーン・だし
昼食	14 おかゆ 豆腐煮 豆腐・人参・だし 野菜煮 人参・ピーマン・だし 人参汁 人参・だし	15 おかゆ ささみ煮 ささみ・だし だいこんサラダ 大根・人参・コーン・だし 野菜汁 豆腐・白菜・人参・だし	16 おかゆ 人参ペースト 人参・だし ほうれん草サラダ ほうれん草・黄ピーマン・人参・だし 玉ねぎ汁 玉ねぎ・人参・だし	17 おかゆ 白身魚ペースト 白身魚・だし 野菜煮 人参・ねぎ・だし 大根汁 大根・人参・玉ねぎ・だし	18 おかゆ ささみ煮 ささみ・だし 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コーン・だし 野菜汁 玉ねぎ・人参・だし	19 おかゆ 野菜煮 ほうれん草・人参・コーン・だし さつまいも汁 さつまいも・人参・だし
	21 おかゆ ささみの煮物 ささみ・だし かぶの和え物 かぶ・大根・胡瓜・人参・だし 野菜スープ 白菜・人参・玉ねぎ・だし	22 おかゆ 白身魚のコーン煮 白身魚・玉ねぎ・クリームコーン・だし ブロッコリーの和え物 ブロッコリー・キャベツ・人参・だし 野菜汁 玉ねぎ・人参・だし	23 天皇誕生日 	24 誕生会 おかゆ ささみペースト ささみ・だし 元気サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・だし じゃが芋スープ じゃが芋・玉ねぎ・人参・だし	25 おかゆ 豆腐と野菜煮 豆腐・人参・玉ねぎ・だし かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし 野菜汁 人参・玉ねぎ・だし	26 おかゆ ささみと野菜煮 ささみ・玉ねぎ・人参・だし 豆腐汁 豆腐・玉ねぎ・だし
昼食	28 おかゆ 白身魚煮 白身魚・だし ほうれん草の和え物 ほうれん草・白菜・人参・だし さつまいも汁 さつまいも・大根・人参・だし	 <p>※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中に お菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。</p> <p>※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。</p> 				

離乳食だより 中期 2月

	月	火	水	木	金	土
昼食		1 おかゆ 白身魚の味噌煮 白身魚・味噌 キャベツのおかか和え キャベツ・胡瓜・人参・かつお節・醤油 すまし汁 豆腐・人参・玉ねぎ・葉ねぎ・だし・醤油・塩	2 おかゆ 豆腐オムレツ 豆腐・玉ねぎ・塩 小松菜サラダ 小松菜・醤油・ごま油 白菜ミネストローネ 白菜・玉ねぎ・人参・トマト缶・水・コンソメ・塩	3 まめまき おかゆ ささみ煮 ささみ・だし・醤油 レタスサラダ レタス・胡瓜・人参・醤油・ごま油 みそ汁 玉ねぎ・人参・だし・味噌	4 おかゆ 焼きポテト ジャガイモ・油・塩 胡瓜の和え物 玉ねぎ・胡瓜・醤油 中華スープ キャベツ・人参・葉ねぎ・コーン・鶏がらだし・醤油・塩・ごま油	5 おかゆ ささみ煮 ささみ・人参・だし・醤油 けんちん汁 豆腐・大根・人参・葉ねぎ・だし・醤油・塩・酒
	7 おかゆ 納豆炒め ひきわり納豆・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・ごま油・醤油・酒 小松菜サラダ コーン・胡瓜・小松菜・トマト・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	8 おかゆ 豆腐ハンバーグ 鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・塩 キャベツサラダ 人参・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・ごま油 みそ汁 さつま芋・玉ねぎ・ねぎ・だし・味噌	9 おかゆ 白身魚の塩焼き 白身魚・塩 ほうれん草のナムル 人参・ほうれん草・酢・醤油・ごま油・ごま ビーフンスープ ビーフン・ねぎ・人参・コーン・だし・醤油・塩	10 おべんとうの日 	11 建国記念の日 	12 おかゆ ほうれん草サラダ ほうれん草・人参・ツナ・醤油 コンソメスープ 人参・玉ねぎ・コーン・水・コンソメ
昼食	14 おかゆ 干草焼き 豆腐・人参・鶏ひき肉・だし・醤油 きんぴら人参 人参・ピーマン・ごま油・醤油・ごま みそ汁 人参・葉ねぎ・だし・味噌	15 おかゆ レバー煮 ささみ・鶏レバー・だし・醤油 だいこんサラダ 大根・人参・コーン・醤油 みそ汁 豆腐・白菜・人参・葉ねぎ・だし・味噌	16 おかゆ 里芋焼き 里芋・みりん・醤油 彩りおかか和え ほうれん草・黄ピーマン・人参・かつお節・醤油 すまし汁 玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・醤油・塩	17 おかゆ 白身魚煮 白身魚・だし・醤油 野菜煮 人参・ねぎ・だし・醤油 みそ汁 大根・人参・玉ねぎ・だし・味噌	18 おかゆ ささみ煮 ささみ・だし・醤油 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コーン・ツナ・塩 みそ汁 玉ねぎ・人参・だし・味噌	19 おかゆ 野菜のそぼろ煮 鶏ひき肉・ほうれん草・人参・コーン・だし・醤油 みそ汁 さつま芋・人参・だし・味噌
	21 おかゆ ささみの煮物 ささみ・だし・醤油 かぶの和え物 かぶ・大根・胡瓜・人参・醤油 中華スープ 白菜・人参・玉ねぎ・鶏がらだし・醤油・塩・ごま油	22 おかゆ 鮭のコーン焼き 鮭・塩・玉ねぎ・クリームコーン・塩 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・キャベツ・人参・ごま油 すまし汁 玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だし・醤油・塩	23 天皇誕生日 	24 誕生会 おかゆ 鶏の照り焼き ささみ・酒・醤油 元気サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・かつお節・油・醤油 豆乳スープ ジャガイモ・玉ねぎ・人参・豆乳・水・コンソメ	25 おかゆ 炒り豆腐 豆腐・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ・油・醤油・片栗粉 かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし・醤油 みそ汁 人参・玉ねぎ・だし・味噌	26 おかゆ ささみと野菜煮 ささみ・玉ねぎ・人参・だし・醤油 みそ汁 豆腐・玉ねぎ・だし・味噌
28 おかゆ 白身魚の塩焼き 白身魚・塩 ほうれん草の和え物 ほうれん草・白菜・人参・醤油 みそ汁 さつま芋・大根・人参・葉ねぎ・だし・味噌	 <p>※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中に お菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。</p> <p>※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。</p> 					

離乳食だより 後期 2月

	月	火	水	木	金	土
昼食		1 軟飯 白身魚の味噌煮 白身魚・味噌・みりん・砂糖 キャベツのおかか和え キャベツ・胡瓜・人参・かつお節・醤油 すまし汁 豆腐・人参・玉ねぎ・えのき・葉ねぎ・だし・醤油・塩	2 軟飯 豆腐オムレツ 豆腐・玉ねぎ・砂糖・塩・ケチャップ 小松菜サラダ 小松菜・もやし・醤油・ごま油 白菜ミネストローネ 白菜・玉ねぎ・人参・しめじ・トマト缶・水・コンソメ・塩	3 まめまき 軟飯 ささみ煮 ささみ・だし・醤油・みりん ひじきサラダ ひじき・レタス・胡瓜・人参・醤油・酢・砂糖・ごま油 みそ汁 玉ねぎ・人参・だし・味噌	4 軟飯 焼きポテト じゃが芋・油・塩 切干大根ののり和え 切干大根・玉ねぎ・胡瓜・醤油・焼きのり 中華スープ キャベツ・人参・もやし・干し椎茸・葉ねぎ・コーン・鶏がらだし・醤油・塩・ごま油	5 軟飯 ささみ煮 ささみ・人参・だし・醤油・みりん けんちん汁 豆腐・大根・人参・ごぼう・椎茸・葉ねぎ・だし・醤油・塩・酒
	7 軟飯 納豆とそぼろ炒め 豚ひき肉・ひきわり納豆・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・ごま油・醤油・酒・砂糖 小松菜サラダ コーン・胡瓜・小松菜・トマト・酢・砂糖・醤油 みそ汁 しめじ・もやし・人参・わかめ・だし・味噌	8 軟飯 豆腐ハンバーグ 合い挽き肉・豆腐・ひじき・玉ねぎ・人参・塩・ケチャップ ごぼうサラダ ごぼう・人参・キャベツ・胡瓜・コーン・ツナ・ごま・酢・砂糖・醤油 みそ汁 さつまいも・えのき・玉ねぎ・ねぎ・だし・味噌	9 軟飯 白身魚の塩焼き 白身魚・塩 もやしのナムル もやし・人参・ほうれん草・酢・砂糖・醤油・ごま油・ごま油 ビーフンスープ ビーフン・ねぎ・人参・コーン・だし・醤油・塩	10 おべんとうの日 	11 建国記念の日 	12 軟飯 ひじきのサラダ ほうれん草・人参・ひじき・ツナ・砂糖・醤油 コンソメスープ 人参・玉ねぎ・しめじ・コーン・水・コンソメ
昼食	14 軟飯 千草焼き 豆腐・人参・鶏ひき肉・だし・醤油・砂糖・塩・酒 きんぴられんこん れんこん・人参・ピーマン・ごま油・砂糖・醤油・みりん・酒・ごま油 みそ汁 人参・葉ねぎ・だし・味噌	15 軟飯 レバー煮 ささみ・鶏レバー・だし・醤油・砂糖・みりん だいこんサラダ 大根・人参・コーン・酢・砂糖・醤油 みそ汁 豆腐・白菜・人参・葉ねぎ・だし・味噌	16 軟飯 里芋の磯辺焼き 里芋・みりん・醤油・刻みのり 彩りおかか和え ほうれん草・もやし・黄ピーマン・人参・かつお節・醤油 すまし汁 鶏肉・玉ねぎ・人参・ねぎ・だし・醤油・塩	17 軟飯 白身魚煮 白身魚・だし・みりん・醤油 卯の花 おから・人参・ねぎ・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 大根・人参・玉ねぎ・わかめ・だし・味噌	18 軟飯 ささみ煮 ささみ・だし・醤油・みりん 白菜サラダ 白菜・胡瓜・人参・コーン・ツナ・酢・砂糖・塩 みそ汁 玉ねぎ・人参・しめじ・だし・味噌	19 軟飯 野菜のそぼろ煮 鶏ひき肉・ほうれん草・人参・コーン・だし・醤油・砂糖 みそ汁 さつまいも・ごぼう・しめじ・人参・わかめ・だし・味噌
	21 軟飯 ささみの煮物 ささみ・だし・醤油・砂糖・みりん かぶの和え物 かぶ・大根・胡瓜・人参・醤油 中華スープ 豚肉・白菜・人参・玉ねぎ・椎茸・葉ねぎ・鶏がらだし・醤油・塩・ごま油	22 軟飯 鮭のコーン焼き 鮭・塩・玉ねぎ・クリームコーン・塩 ブロッコリーのごま和え ブロッコリー・キャベツ・人参・ごま・砂糖・醤油 すまし汁 しめじ・玉ねぎ・人参・葉ねぎ・だし・醤油・塩	23 天皇誕生日 	24 誕生会 わかめ軟飯 米・炊き込みわかめ 鶏の照り焼き ささみ・酒・醤油・みりん 元気サラダ 胡瓜・キャベツ・コーン・トマト・かつお節・酢・油・醤油・砂糖 豆乳スープ じゃが芋・玉ねぎ・人参・しめじ・豆乳・水・コンソメ	25 炊き込み軟飯 米・鶏肉・人参・ごぼう・しめじ・だし・醤油・みりん・塩 炒り豆腐 豆腐・鶏ひき肉・干し椎茸・人参・玉ねぎ・油・醤油・砂糖・みりん・片栗粉 かぼちゃの煮物 かぼちゃ・だし・醤油・砂糖・みりん みそ汁 切干大根・人参・わかめ・だし・味噌	26 軟飯 ささみと野菜煮 ささみ・玉ねぎ・人参・だし・醤油・みりん みそ汁 豆腐・玉ねぎ・えのき・わかめ・だし・味噌
28 軟飯 白身魚の塩焼き 白身魚・塩 ほうれん草の磯和え ほうれん草・白菜・人参・焼きのり・醤油・砂糖 豚汁 豚肉・さつまいも・大根・人参・もやし・えのき・葉ねぎ・だし・味噌	 <p>※1歳を迎えた子、1歳児・2歳児には午前中に お菓子(かりんとう・ビスケット・せんべい等)と牛乳がつきます。</p> <p>※天候の不順や都合により、食材・メニューの変更が生じる場合もあります。</p> 