

平成30年

# 2月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				主な材料 午前食	午後食			主な材料 午後食
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ばくばく期 (D)		B	C	D	
1	木	粥 じゃがいも 白菜のスープ	二色粥 トマト 白菜のみそ汁	二色粥 トマト 白菜のみそ汁	二色ごはん トマト 白菜のみそ汁	しらす こまつな トマト 白菜	きなこパン粥 ブロッコリー・粉ふきいも	きなこサンド ブロッコリー・粉ふきいも	食パン きなこ ブロッコリー・じゃがいも	
2	金	粥 かぼちゃ 人参のスープ	粥 ささみのみそ煮 人参甘煮 玉葱とほうれんそうのスープ	粥 ささみのみそ煮 人参甘煮 玉葱とほうれんそうのスープ	軟飯 ささみのみそ煮 人参甘煮 玉葱とほうれんそうのスープ	ささみ 人参 玉葱 ほうれんそう	ほうとううどん 大根の煮物		うどん 豆腐 かぼちゃ 玉葱 大根	
3	土	うどん さつまいも 白菜	みそうどん さつまいもの煮物 果物	みそうどん さつまいもの煮物 果物	みそうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 人参 白菜 さつまいも バナナ	しらすおじや 野菜スープ		しらす 人参 玉葱 人参 いんげん	
5	月	パン粥 豆腐 きゃべつのスープ	パン粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー きゃべつのスープ	パン粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリー きゃべつのスープ	食パン 豆腐ハンバーグ ブロッコリー きゃべつのスープ	食パン 豆腐 人参 (CDパン粉) ブロッコリー きゃべつ	トマトリゾット かぶ・じゃがいも	トマトピラフ かぶ・じゃがいも	トマト 玉葱 パター (Dケチャップ) かぶ・じゃがいも	
6	火	粥 白身魚 大根のみそ汁	粥 煮魚 大根と人参の煮物 玉葱のみそ汁	粥 煮魚 大根と人参のきんぴら 玉葱のみそ汁	軟飯 煮魚 大根と人参のきんぴら 玉葱のみそ汁	カレイ 大根 人参 玉葱	みそうどん かぼちゃの煮物		うどん 玉葱 人参 かぼちゃ みかん	
7	水	粥 きゃべつ かぶのみそ汁	粥 ささみの野菜あんかけ かぶのみそ汁	粥 ささみの野菜あんかけ かぶのみそ汁	軟飯 ささみの野菜あんかけ かぶのみそ汁	ささみ きゃべつ 玉葱 人参 かぶ	さつまいもパン粥 ブロッコリーチーズあえ	さつまいもサンド ブロッコリーチーズ焼き	食パン さつまいも ブロッコリー チーズ	
8	木	うどん 豆腐 かぼちゃ	けんちんうどん かぼちゃの煮物 果物	けんちんうどん かぼちゃの煮物 果物	けんちんうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん 豆腐 白菜 大根 かぼちゃ りんご	しらすおじや ほうれんそうお浸し・人参甘煮	しらすごはん ほうれんそうお浸し・人参甘煮	しらす ほうれんそう 人参	
9	金	粥 カレイ さつまいも	粥 魚の味噌バター蒸し さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	粥 魚の味噌バター蒸し さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	軟飯 魚の味噌バター蒸し さつまいもの煮物 わかめのみそ汁	カレイ 人参 玉葱 パター さつまいも わかめ	チーズパン粥 きゃべつ	チーズサンド きゃべつ炒め	食パン チーズ きゃべつ (D玉葱)	
10	土	粥 じゃがいも かぶのスープ	野菜おじや じゃがいも・かぶのスープ	野菜おじや 粉ふきいも・かぶのスープ	野菜おじや 粉ふきいも・かぶのスープ	人参 玉葱 じゃがいも かぶ	かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚の洋風煮込み	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー	鶏肉 玉葱 人参 かぼちゃ ブロッコリー 鮭 豆乳 玉葱 人参 じゃがいも	
13	火	パン粥 じゃがいも 人参のスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ ほうれんそう・人参のグラッセ	パン粥 ささみと野菜のスープ ほうれんそう・人参のグラッセ	食パン ささみと野菜のスープ ほうれんそう・人参のグラッセ	食パン ささみ 玉葱 じゃがいも ほうれんそう 人参 パター	しらすみそおじや 白菜とトマトの和え物	五平もち 野菜としらすの和え物	しらす 白菜 トマト	
14	水	粥 さつまいも 大根のスープ	粥 魚のおろし煮 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	粥 魚のおろし煮 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	軟飯 魚のおろし煮 さつまいもの煮物 小松菜のみそ汁	カレイ 大根 さつまいも 小松菜	煮込みうどん かぶのみそ煮	煮こみうどん かぶのみそ煮	うどん 人参 玉葱 かぶ	
15	木	粥 豆腐 白菜のみそ汁	豆腐とたまごの粥 ブロッコリー 白菜のみそ汁	豆腐とたまごの粥 ブロッコリー 白菜のみそ汁	豆腐とたまごのごはん ブロッコリー 白菜のみそ汁	豆腐 たまご ブロッコリー 白菜	かぼちゃパン粥 ほうれんそう煮浸し	かぼちゃサンド ほうれんそうソテー	食パン かぼちゃ ほうれんそう 人参	
16	金	うどん 人参 きゃべつ	野菜うどん かぶの煮物 果物	野菜うどん かぶの煮物 果物	野菜うどん かぶの煮物 果物	うどん 人参 きゃべつ かぶ りんご	ささみのお粥 じゃがいもの煮物	ささみの炊き込みごはん じゃがいもの煮物	ささみ いんげん じゃがいも 人参	
17	土	粥 大根 人参	大根とわかめのおじや 人参甘煮 麩のみそ汁	大根とわかめのおじや 人参甘煮 麩のみそ汁	大根とわかめのおじや 人参甘煮 麩のみそ汁	大根 わかめ 人参 麩	しらすおじや かぼちゃとさつまいも	しらすおじや かぼちゃとさつまいも	しらす 人参 玉葱 かぼちゃ さつまいも	
19	月	粥 さつまいも 青菜のみそ汁	粥 ささみと野菜の煮物 青菜のみそ汁	粥 ささみと野菜の煮物 青菜のみそ汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 青菜のみそ汁	ささみ 人参 大根 こまつな	りんごパン粥 さつまいものバター煮	りんごサンド さつまいものバターソテー	食パン りんご さつまいも パター	
20	火	粥 白身魚 きゃべつのスープ	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱のスープ	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱のスープ	軟飯 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱のスープ	カレイ トマト きゃべつ 玉葱	にゅうめん かぶと豆腐の煮物	にゅうめん かぶと豆腐の煮物	そうめん 人参 玉葱 かぶ 豆腐	
21	水	うどん 白菜 さつまいも	あんかけ野菜うどん さつまいも・ほうれんそうとしらすの和え物	あんかけ野菜うどん さつまいも・ほうれんそうとしらすの和え物	あんかけ野菜うどん さつまいも・ほうれんそうとしらすの和え物	うどん 玉葱 はくさい さつまいも ほうれんそう しらす	人参 ふろふき大根・ブロッコリー	人参ごはん ふろふき大根・ブロッコリー	人参 大根 ブロッコリー	
22	木	粥 豆腐 白菜のみそ汁	粥 豆腐と野菜の煮物 白菜のみそ汁	粥 豆腐と野菜の煮物 白菜のみそ汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 白菜のみそ汁	豆腐 かぶ (Dかぶの葉) 人参 白菜	チーズおじや じゃがいもとトマトの和え物	チーズおやき じゃがいもとトマトの炒め物	あおのり チーズ じゃがいも (Dケチャップ) トマト	
23	金	パン粥 かぼちゃ 人参	パンシチュー 人参 果物	パンシチュー 人参 果物	食パン シチュー 人参スティック 果物	食パン 粉ミルク パター 玉葱 じゃがいも 人参 りんご	たまごとしらすのお粥 かぼちゃの煮物	たまごとしらすのご飯 かぼちゃの煮物	たまご しらす かぼちゃ	
24	土	粥 ほうれんそう きゃべつのスープ	ほうれんそうと人参のおじや ブロッコリー きゃべつのスープ	ほうれんそうと人参のおじや ブロッコリー きゃべつのスープ	ほうれんそうと人参のおじや ブロッコリー きゃべつのスープ	ほうれんそう 人参 ブロッコリー きゃべつ	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	
26	月	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐の鶏の肉団子 きゃべつと人参の和え物 わかめのみそ汁	粥 豆腐の鶏の肉団子 きゃべつと人参の和え物 わかめのみそ汁	軟飯 豆腐の鶏の肉団子 きゃべつと人参の和え物 わかめのみそ汁	豆腐 鶏胸肉 パン粉 きゃべつ 人参 わかめ	さつまいもパン粥 ほうれんそう・かぶ	さつまいもサンド ほうれん草ソテー・かぶ	食パン さつまいも ほうれんそう かぶ	
27	火	パン粥 白身魚 白菜のスープ	パン粥 魚のバター蒸し 大根 白菜のスープ	パン粥 魚のバター蒸し 大根 白菜のスープ	食パン 魚のバター蒸し スティック大根 白菜のスープ	カレイ 人参 玉葱 パター 大根 はくさい	きなこ粥 かぼちゃ・ブロッコリー	きなこおはぎ かぼちゃ・ブロッコリー	きなこ かぼちゃ ブロッコリー	
28	水	粥 じゃがいも ほうれんそうのみそ汁	粥 ささみとじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し 麩のみそ汁	粥 ささみとじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し 麩のみそ汁	軟飯 ささみとじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し 麩のみそ汁	ささみ 玉葱 じゃがいも ほうれんそう 麩	あんかけうどん きゃべつとしらすの和え物・トマト	あんかけうどん きゃべつとしらすの和え物・トマト	うどん 人参 たまご きゃべつ しらす トマト	

E食の午前食は乳児食と同じです。

