

平成31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		午後食			主な材料
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ぱくぱく期 (D)	午前食		B	C	D	午後食
1	金	粥 かぶ きゃべつのスープ	粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	ささみ かぶ 人参 きゃべつ	きなこ粥 じゃがいも・ブロッコリー	きなこおはぎ じゃがいも・ブロッコリー	きなこ じゃがいも ブロッコリー		
2	土	粥 かぼちゃ 大根のスープ	ほうとう風うどん 大根の煮物	ほうとう風うどん 大根の煮物	ほうとう風うどん 大根の煮物	うどん かぼちゃ 白菜 玉葱 大根	しらすおじや かぼちゃ・さつまいも			しらす 人参 玉葱 きゃべつ かぼちゃ さつまいも	
4	月	粥 豆腐 さつまいものスープ	マーボー粥 さつまいもの煮物 わかめのスープ	マーボー粥 さつまいもの煮物 わかめのスープ	マーボーどんぶり さつまいもの煮物 わかめのスープ	鶏胸肉 豆腐 玉葱 さつまいも わかめ	野菜おじや 大根の味噌煮	野菜おやき 大根の味噌煮	人参 いんげん 大根		
5	火	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 トマト	パン粥 肉団子と野菜のスープ トマト	食パン 肉団子と野菜のスープ トマト	食パン 鶏胸肉 片栗粉 玉葱 人参 きゃべつ トマト	かぼちゃ粥 ほうれんそうお浸し・かぶ	かぼちゃごはん ほうれんそうお浸し・かぶ	かぼちゃ ほうれんそう かぶ		
6	水	粥 白身魚 白菜のスープ	粥 煮魚 ブロッコリー 白菜の味噌汁	粥 煮魚 ブロッコリー 白菜の味噌汁	軟飯 煮魚 ブロッコリー 白菜の味噌汁	カレイ ブロッコリー 白菜	チーズパン粥 きゃべつと人参の和え物	食パン・チーズ 野菜炒め	食パン チーズ きゃべつ 人参		
7	木	粥 かぼちゃ 人参のスープ	煮こみうどん かぼちゃの煮物 果物	煮こみうどん かぼちゃの煮物 果物	煮こみうどん かぼちゃの煮物 果物	うどん 人参 玉葱 かぼちゃ みかん	ささみとわかめのおじや 白菜お浸し・トマト			ささみ わかめ 白菜 トマト	
8	金	粥 じゃがいも 大根のスープ	粥 鶏とじゃがいものマッシュ 人参甘煮 大根の味噌汁	粥 焼きポテト 人参甘煮 大根の味噌汁	軟飯 焼きポテト 人参甘煮 大根の味噌汁	鶏胸肉 玉葱 じゃがいも 人参 大根	たらのみそおじや ブロッコリー	たらの炊きこみごはん ブロッコリーおかかあえ	たら いんげん 人参 ブロッコリー (Dかつお節)		
9	土	粥 かぶ ほうれんそうのスープ	かぶと人参のおじや 玉葱とほうれんそうの味噌汁	かぶと人参のおじや 玉葱とほうれんそうの味噌汁	かぶと人参のおじや 玉葱とほうれんそうの味噌汁	かぶ 人参 玉葱 ほうれんそう	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			さつまいも かぼちゃ 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら	
12	火	粥 さつまいも 小松菜のスープ	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	野菜うどん さつまいもの煮物 果物	うどん 人参 玉葱 小松菜 さつまいも みかん	甘辛しらす粥 かぶと人参の味噌煮	甘辛しらすごはん かぶと人参の味噌煮	しらす かぶ 人参		
13	水	粥 豆腐 白菜のスープ	粥 豆腐のそぼろ煮 具たくさん味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 具たくさん味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 具たくさん味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) 大根 白菜 人参	チーズ粥 かぼちゃ・トマト	チーズおかかごはん かぼちゃ・トマト	チーズ (Dかつお節) かぼちゃ トマト		
14	木	粥 じゃがいも 人参のスープ	パン粥 野菜の豆乳煮 果物	パン粥 野菜の豆乳煮 果物	食パン 豆乳シチュー 果物	食パン 豆乳 玉葱 人参 じゃがいも バター りんご	あんかけ粥 大根の煮物	あんかけごはん 大根の煮物	ささみ 人参 玉葱 きゃべつ 大根		
15	金	粥 白身魚 きゃべつのスープ	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱の味噌汁	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱の味噌汁	軟飯 魚のみそ煮 トマト きゃべつと玉葱の味噌汁	カレイ トマト きゃべつ 玉葱	さつまいもパン粥 ブロッコリーと人参のグラッセ	さつまいもサンド ブロッコリーと人参のグラッセ	食パン さつまいも ブロッコリー 人参 バター		
16	土	粥 じゃがいも 人参のスープ	ささみと人参のお粥 じゃがいもとわかめの味噌汁	ささみと人参のお粥 じゃがいもとわかめの味噌汁	ささみの炊きこみごはん じゃがいもとわかめの味噌汁	ささみ 人参 じゃがいも わかめ	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	
18	月	粥 大根 小松菜のスープ	そぼろ粥 トマト 大根の味噌汁	そぼろ粥 トマト 大根の味噌汁	そぼろごはん トマト 大根の味噌汁	鶏胸肉 小松菜 トマト 大根	きなこパン粥 じゃがいも・人参	きなこサンド じゃがいもと人参のソテー	食パン きなこ じゃがいも 人参		
19	火	粥 豆腐 さつまいものスープ	けんちんうどん さつまいもの煮物 果物	けんちんうどん さつまいもの煮物 果物	けんちんうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 豆腐 人参 白菜 さつまいも りんご	野菜リゾット かぶの煮物	野菜ピラフ かぶの煮物	人参 玉葱 きゃべつ バター かぶ		
20	水	粥 白身魚 じゃがいものスープ	粥 魚のみそバター蒸し じゃがいもの煮物 わかめのスープ	粥 魚のみそバター蒸し じゃがいもの煮物 わかめのスープ	軟飯 魚のみそバター蒸し じゃがいもの煮物 わかめのスープ	カレイ 人参 玉葱 バター じゃがいも わかめ	野菜みそおじや 大根と人参の煮物	五平もち 大根と人参のきんぴら	(BC玉葱・ほうれんそう) 大根 人参		
21	木	粥 人参 きゃべつのスープ	粥 鶏と野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	粥 鶏団子の煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 鶏団子の煮物 きゃべつの味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 人参 きゃべつ	りんごパン粥 かぼちゃ・トマト	りんごサンド かぼちゃ・トマト	食パン りんご かぼちゃ トマト		
22	金	粥 豆腐 かぶのスープ	パン粥 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリー かぶのスープ	パン粥 豆腐ハンバーグ ブロッコリー かぶのスープ	食パン 豆腐ハンバーグ ブロッコリー かぶのスープ	食パン 豆腐 人参 (パン粉) ブロッコリー かぶ	二色粥 さつまいもの煮物	二色ごはん さつまいもの煮物	しらす 人参 さつまいも		
23	土	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	みそうどん かぼちゃの煮物	みそうどん かぼちゃの煮物	みそうどん かぼちゃの煮物	うどん 人参 玉葱 きゃべつ かぼちゃ	しらすおじや 人参・ポテト			しらす 人参 玉葱 きゃべつ じゃがいも 人参	
25	月	粥 人参 ほうれんそうのスープ	ささみと人参のお粥 ほうれんそうのお浸し わかめの味噌汁	ささみと人参のお粥 ほうれんそうのお浸し わかめの味噌汁	ささみの炊きこみごはん ほうれんそうのお浸し わかめの味噌汁	ささみ 人参 ほうれんそう わかめ	かぼちゃパン粥 きゃべつ・トマト	かぼちゃサンド きゃべつ・トマト	食パン かぼちゃ きゃべつ トマト		
26	火	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 カレイのおろし煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	粥 カレイのおろし煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 鮭のおろし煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	カレイ (D生鮭) 大根 じゃがいも 人参 白菜	煮こみうどん ブロッコリー・かぶ			うどん 人参 玉葱 ブロッコリー かぶ	
27	水	粥 きゃべつ 人参のスープ	パン粥 トマトのそぼろ煮 きゃべつと人参のスープ	パン粥 肉団子のトマト煮 きゃべつと人参のスープ	食パン 肉団子のトマト煮 きゃべつと人参のスープ	食パン 鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト (CDクチャップ) きゃべつ 人参	しらすみそおじや さつまいもの煮物・白菜煮浸し	しらすみそおやき さつまいもの煮物・白菜煮浸し	しらす さつまいも 白菜		
28	木	粥 かぼちゃ かぶのスープ	粥 ささみと野菜のスープ かぼちゃ・かぶ	粥 ささみと野菜のスープ かぼちゃ・かぶ	軟飯 ささみと野菜のスープ かぼちゃ・かぶ	ささみ 玉葱 人参 ほうれんそう かぼちゃ かぶ	豆腐あんかけ粥 ふろふき大根	豆腐あんかけ丼 ふろふき大根	豆腐 人参 白菜 大根		

ぱくぱくD(後期)の午前食は乳児食と同じです。