

令和5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
		初期	中期	後期	完了	午前食	中期・後期	完了・移行期	
1	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	野菜うどん じゃがいもの煮物 人参甘煮	野菜うどん じゃがいもの煮物 人参甘煮	野菜うどん じゃがいもの煮物 人参甘煮	うどん 玉葱 きゃべつ じゃがいも 人参	鶏と白菜のお粥 じゃがいもの煮物	鶏と白菜のごはん じゃがいもの煮物	鶏胸肉 白菜 じゃがいも
2	木	粥 人参 白菜のスープ	粥 鶏とじゃがいもの煮物 白菜の味噌汁	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 白菜の味噌汁	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 白菜の味噌汁	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 じゃがいも 人参 白菜	二色粥 かぶの味噌煮・ブロッコリー	二色ごはん かぶの味噌煮・ブロッコリー	しらす 人参 かぶ ブロッコリー
3	金	粥 大根 ほうれんそうのスープ	粥 ささみと野菜の煮物 わかめと麩の味噌汁	粥 ささみと野菜の煮物 わかめと麩の味噌汁	軟飯 ささみと野菜の煮物 わかめと麩の味噌汁	ささみ 大根 人参 わかめ 麩	野菜おじや じゃがいもの甘みそかけ	野菜おやき じゃがいもの甘みそかけ	人参 小松菜 じゃがいも
4	土	粥 さつまいも 人参スープ	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	煮込みうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 玉葱 人参 さつまいも りんご	大根と人参のみそおじや さつまいもの煮物	五平もち さつまいもの煮物	大根 人参(中期・後期) さつまいもの煮物
6	月	粥 じゃがいも かぶのスープ	あんかけ粥 かぶとじゃがいもの煮物	あんかけ粥 かぶとじゃがいもの煮物	あんかけごはん かぶとじゃがいもの煮物	人参 玉葱 はくさい かぶ じゃがいも	チーズパン粥 白菜お浸し・ブロッコリー	チーズサンド 白菜ソテー・ブロッコリー	食パン チーズ 白菜 ブロッコリー
7	火	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃの煮物	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 かぼちゃの煮物	食パン 肉団子と野菜のスープ かぼちゃの煮物	食パン 鶏胸肉 玉葱 人参 きゃべつ かぼちゃ	しらすとわかめおじや 大根の煮物	しらすとわかめごはん 大根金平	しらす わかめ 人参 大根
8	水	粥 白身魚 人参のスープ	粥 魚の味噌煮 ブロッコリーと人参の和え物 玉葱の味噌汁	粥 魚の味噌煮 ブロッコリーと人参の和え物 玉葱の味噌汁	軟飯 魚の味噌煮 ブロッコリーと人参の和え物 玉葱の味噌汁	カレイ ブロッコリー 人参 玉葱	たらと人参のお粥 ほうれんそうお浸し・トマト	たらの炊き込みごはん ほうれんそうお浸し・トマト	たら 人参 ほうれんそう トマト
9	木	粥 さつまいも ほうれんそうスープ	そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	そぼろあんかけうどん さつまいもの煮物 果物	うどん 鶏胸肉 玉葱 ほうれんそう さつまいも りんご	チーズおじや かぶと人参の煮物	チーズお焼き かぶと人参の煮物	チーズ 青のり(後・完) かぶ 人参
10	金	粥 豆腐 大根のスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ 大根の煮物 玉葱の味噌汁	粥 豆腐ボール 大根の煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐ボール 大根の煮物 玉葱の味噌汁	豆腐 人参(完 パン粉) 大根 玉葱	かぼちゃパン粥 きゃべつ・小松菜	かぼちゃサンド きゃべつと小松菜のソテー	食パン かぼちゃ きゃべつ 小松菜
13	月	粥 人参 小松菜のスープ	粥 ささみと野菜のスープ トマト	粥 ささみと野菜のスープ トマト	軟飯 ささみと野菜のスープ トマト	ささみ 玉葱 人参 小松菜 トマト	二色粥 じゃがいもの煮物	二色ごはん じゃがいもの煮物	しらす 人参 じゃがいも
14	火	粥 豆腐 白菜のスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (後・完パン粉) かぼちゃ 白菜	人参粥 ささみと大根の煮物	人参とおかかのごはん ささみと大根の煮物	人参 かつおぶし(完) ささみ 大根
15	水	粥 さつまいも 小松菜のスープ	粥 ささみおろし煮 さつまいもと人参の煮物 麩と小松菜の味噌汁	粥 ささみおろし煮 さつまいもと人参の煮物 麩と小松菜の味噌汁	軟飯 ささみおろし煮 さつまいもと人参の煮物 麩と小松菜の味噌汁	ささみ 大根 さつまいも 人参 麩 小松菜	トマトリゾット かぶのそぼろあんかけ	トマトピラフ かぶのそぼろあんかけ	トマト 玉葱 (完ケチャップ) 大根 鶏胸肉
16	木	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 煮魚 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	粥 煮魚 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 煮魚 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	カレイ じゃがいも 人参 白菜	きな粉パン粥 ほうれんそうときゃべつのお浸し	きな粉サンド ほうれんそうときゃべつのソテー	食パン きなこ ほうれんそう きゃべつ
17	金	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 トマトのそぼろ煮 ブロッコリー きゃべつのスープ	パン粥 肉団子のトマト煮 ブロッコリー きゃべつのスープ	食パン 肉団子のトマト煮 ブロッコリー きゃべつのスープ	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト(後・完ケチャップ) ブロッコリー きゃべつ	チーズおじや 大根と人参の煮物	チーズお焼き 大根と人参の煮物	チーズ 青のり(後・完) 大根 人参
18	土	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐と野菜のそぼろあんかけ 玉葱の味噌汁	粥 豆腐団子と野菜の煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐団子と野菜の煮物 玉葱の味噌汁	豆腐 鶏胸肉 かぼちゃ 人参 玉葱	さつまいも粥 かぶの味噌煮	さつまいもごはん かぶの味噌煮	さつまいも かぶ
20	月	粥 大根 白菜のスープ	鶏と野菜のお粥 大根の煮物 麩と白菜の味噌汁	鶏と野菜のお粥 大根の煮物 麩と白菜の味噌汁	赤ちゃんピビンバ 大根の煮物 麩と白菜の味噌汁	鶏胸肉 人参 ほうれんそう 大根 麩 白菜	たらと野菜のあんかけ粥 ブロッコリー	たらと野菜のあんかけごはん ブロッコリーおほかあえ	たら 人参 白菜 ブロッコリー (完 かつお節)
21	火	粥 豆腐 じゃがいものスープ	ほうとう風うどん じゃがいもの味噌煮 果物	ほうとう風うどん じゃがいもの味噌煮 果物	けんちんうどん じゃがいもの味噌煮 果物	うどん 人参 玉葱 豆腐 じゃがいも りんご	豆腐あんかけ粥 大根の煮物	豆腐あんかけ丼 大根の煮物	豆腐 ほうれんそう 大根
22	水	粥 さつまいも 白菜スープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 さつまいも	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 さつまいも	食パン 肉団子と野菜のスープ さつまいもスティック	食パン 鶏胸肉 玉葱 人参 白菜 さつまいも	甘辛しらす粥 小松菜お浸し・人参甘煮	甘辛しらすごはん 小松菜お浸し・人参甘煮	しらす 小松菜 人参
24	金	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	チーズリゾット かぶと人参の煮物	チーズおほかごはん かぶと人参の煮物	チーズ(完 かつお節) かぶ 人参
25	土	粥 じゃがいも 大根のスープ	粥 じゃがいものそぼろあんかけ ブロッコリー 大根の味噌汁	粥 焼きポテト ブロッコリー 大根の味噌汁	軟飯 焼きポテト ブロッコリー 大根の味噌汁	鶏胸肉 玉葱 じゃがいも ブロッコリー 大根	きなこ粥 ほうれんそうお浸し・トマト	きなこおはぎ ほうれんそうお浸し・トマト	きなこ ほうれんそう トマト
27	月	粥 豆腐 人参スープ	マーボー粥 大根と人参の煮物 麩とわかめの味噌汁	マーボー粥 大根と人参の煮物 麩とわかめの味噌汁	マーボー丼 大根と人参の煮物 麩とわかめの味噌汁	豆腐 鶏胸肉 玉葱 大根 人参 麩 わかめ	ささみと白菜のお粥 さつまいもの煮物	ささみと白菜のごはん さつまいもの煮物	ささみ 人参 白菜 さつまいも
28	火	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	ささみのあんかけ粥 かぼちゃの煮物 果物	ささみのあんかけ粥 かぼちゃの煮物 果物	野菜うどん かぼちゃの煮物 果物	うどん ささみ 人参 きゃべつ かぼちゃ りんご	人参粥 じゃがいものそぼろ煮	人参ごはん じゃがいものそぼろ煮	人参 鶏胸肉 じゃがいも