

# 2023年度 2月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01木		ハヤシライス風 グリーンサラダ かぼちゃのスープ にゅうめん お麩の煮物 茹で小松菜	ハヤシライス グリーンサラダ かぼちゃのスープ にゅうめん 牛乳	ひじきご飯
02金		軟飯 鰯の煮付け 源平煮 豆腐の味噌汁 さつま芋蒸しパン 茹でキャベツ 春雨スープ	赤鬼ご飯 鱈の照り焼き きんぴらごぼう 豆腐の味噌汁 さつま芋蒸しパン 牛乳	粉吹き芋
03土		ピラフ風 キャベツのサラダ もやしのスープ ひじきおじや	カレーピラフ キャベツとツナのサラダ もやしのスープ ひじきおじや 牛乳	
05月	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参サラダ 大根の味噌汁	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 人参サラダ 大根の味噌汁 マカロニイタリアン じゃが芋スティック わかめのスープ	ごはん 豆腐の肉味噌のせ 人参サラダ 大根の味噌汁 マカロニイタリアン 牛乳	青のりご飯
06火		軟飯 鮭のりんごソースかけ 豆腐とブロッコリーのサラダ きのこの味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で大根 隠元の味噌汁	ごはん メカジキの唐揚げ おからサラダ なめこの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	バナナ
07水		軟飯 鶏肉の照り煮 切干大根の煮物 さつま芋の味噌汁 じゃがバター 茹でほうれん草 豆腐の味噌汁	ごはん 鶏肉の生姜焼き 切干大根の旨煮 さつま芋の味噌汁 じゃがバター 牛乳	塩昆布ご飯
08木		軟飯 チャンプル風 きゅうりとわかめの和え物 白菜の味噌汁 しらすチーズトースト バナナ 青梗菜のスープ	ごはん チャンプル きゅうりとわかめの酢の物 白菜の味噌汁 しらすチーズトースト 牛乳	ふかし芋
09金		食パン クリームシチュー 温野菜 なすの煮浸し ひじき軟飯 里芋の煮物 お麩の味噌汁	ハイジパン クリームシチュー(非常食クリーム スープ使用) 温野菜 みかん ひじき軟飯 牛乳	おかかご飯
10土		マーボー丼 大根のサラダ キャベツの味噌汁 じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 大根とかにかまのサラダ キャベツの味噌汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
13火		軟飯 鶏肉のトマト煮 もやしと人参の和え物 わかめとえのきのスープ 野菜雑炊 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁	ごはん ハンバーグ もやしと人参のナムル わかめとえのきのスープ 野菜雑炊 牛乳	粉吹き芋
14水		軟飯 鱈のみぞれかけ ほうれん草の和え物 里芋の味噌汁 スイートポテト 茹でブロッコリー オニオンスープ	ごはん 鱈の幽庵焼き ほうれん草のお浸し むらくも汁 スイートポテト 牛乳	青のりご飯
15木		味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ かぶのくず煮 チーズおかかおにぎり 茹で人参 小松菜の味噌汁	味噌うどん かぼちゃサラダ いよかん チーズおかかおにぎり 牛乳	ツナケチャップ ご飯

日付	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16金		軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 根菜の煮物 キャベツの味噌汁 じゃが芋のお焼き きゅうりスティック きのこの味噌汁	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 根菜の煮物 キャベツの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	バナナ
17土		豚肉の味噌丼 白菜の和え物 お麩のすまし汁 さつま芋おじや	豚肉の味噌丼 白菜の塩昆布和え お麩のすまし汁 さつま芋おじや 牛乳	
19月		軟飯 鮭の野菜あんかけ 小松菜と胡麻和え 豆腐の味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で白菜 もやしの味噌汁	ごはん かき揚げ 小松菜と人参の胡麻和え 油揚げと玉ねぎの味噌汁 いちご かぼちゃのお焼き 牛乳	ふかし芋
20火		ケチャップライス風 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ 青梗菜のスープ さつま芋のミルク煮 バナナ 高野豆腐の煮物	ケチャップライス 鶏肉のカレー風味焼き パンサンスー 青梗菜のスープ さつま芋のミルク煮 牛乳	バナナ
21水		軟飯 鱈の煮付け うの花炒り煮 ほうれん草の味噌汁 手作りりんごジャムサンド 粉吹き芋 キャベツのスープ	ごはん 鱈の煮付け うの花炒り煮 ほうれん草の味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	塩昆布ご飯
22木		あんかけうどん スイートポテトサラダ かぶのスープ しらすわかめおにぎり 里芋の煮物 豆腐の味噌汁	あんかけうどん スイートポテトサラダ かぶのスープ しらすわかめおにぎり 牛乳	おかかご飯
24土		豚そぼろ丼 キュービックサラダ 白菜の味噌汁 かぼちゃおじや	豚コーン丼 キュービックサラダ 白菜の味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
26月	全粥 マーボー豆腐 茹でかぼちゃ 切干大根の味噌汁	軟飯 マーボー豆腐 茹でかぼちゃ 切干大根の味噌汁 人参軟飯 なすの煮浸し さつま芋の味噌汁	ごはん マーボー豆腐 かぼちゃの甘煮 切干大根の味噌汁 人参軟飯 牛乳	バナナ
27火		食パン 鮭のチーズ焼き ポパイのサラダ オニオンスープ 野菜雑炊 バナナ きのこの味噌汁	食パン 鮭のチーズ焼き ごぼうときゅうりのサラダ オニオンスープ バナナ 野菜雑炊 牛乳	粉吹き芋
28水		軟飯 鶏肉のトマト煮 白菜の浅漬け 豆腐とわかめの味噌汁 焼き芋 お麩の煮物 小松菜の味噌汁	ごはん レバーのかりん揚げ 白菜の浅漬け 油揚げとわかめの味噌汁 焼き芋 牛乳	おかかご飯
29木		軟飯 肉じゃが 大根サラダ もやしのスープ きな粉トースト 茹でブロッコリー コーンクリームスープ	カレーライス 大根サラダ もやしのスープ きな粉トースト 牛乳	青のりご飯