

# 2月分献立表



## \*\*\*お誕生会\*\*\*

## 日\*\*\*



日曜日	午前おやつ	献立	午後おやつ	昼食・午後おやつ の主な材料(菓子を除く)				エネルギー 上:未満児 下:以上児	旬の地産産物 使用予定食材
				赤色の食品 血や肉になる食品	黄色の食品 かや体温となる食品	緑色の食品 体の調子をよくする食品	その他		
2月	ミルク菓子	ビーフカレー キャロットサラダ	ミルク菓子	牛乳 牛肉	精白米 小麦粉 じゃが芋 植物油 砂糖	人参 キャベツ 玉ねぎ しょうが にんにく セロリー ホールコーン	赤ワイン 食塩 カレー粉 鰹節 トマトピューレ ウスターソース オースバイス フルーツチャップネ ベイリーフ 米酢 こしょう	569kcal 603kcal	
3火	ミルク菓子	麻婆豆腐 中華風和えもの	ミルク 鬼まんじゅう	牛乳 豚ひき肉 鶏卵 豆腐 みそ	精白米 ホットケーキの素 ごま油 春雨 だんご ごま油 植物油 砂糖	にら 人参 キャベツ 玉ねぎ しょうが にんにく 干し椎茸	酒 トマトケチャップ しょうゆ 鰹節 ベイリーフ 米酢	587kcal 625kcal	
4水	ミルク菓子	魚のかば焼き風 切干大根のしのだ和え わかめのすまし汁	ミルク菓子	牛乳 鰹 油揚げ	精白米 だんご 植物油 砂糖	小松菜 人参 キャベツ 玉ねぎ しょうが 切干大根 カットわかめ 青のり粉	しょうゆ 酒 みりん 鰹節 食塩	561kcal 595kcal	
5木	ミルク 果物 (バナナ)	鶏肉の照り焼き 魚肉ソーセージのソースマヨ炒め 玉ねぎの味噌汁	ミルク 黒ういろ	牛乳 魚肉ソーセージ 鶏肉 みそ きな粉	精白米 小麦粉 わらび粉 植物油 マヨネーズ 砂糖 黒砂糖	人参 ねぎ キャベツ 玉ねぎ しめじ 青のり粉	酒 しょうゆ みりん 濃厚ソース 煮干し	546kcal 573kcal	
6金	ミルク菓子	肉団子と白菜のスープ 金時豆の甘露煮 小魚のふりかけ	乳酸飲料 菓子	牛乳 乳酸飲料(牛乳) しらす干し 鶏ひき肉 鶏卵 金時豆	精白米 だんご ごま 砂糖	人参 白菜 玉ねぎ しょうが 干し椎茸 青のり粉	食塩 しょうゆ 鰹節 みりん	492kcal 505kcal	
7土	ミルク菓子	豚汁 果物	ミルク菓子	牛乳 豚肉 豆腐 油揚げ みそ	精白米 じゃが芋 植物油	バナナ 人参 ねぎ 大根 ごぼう	煮干し	531kcal 558kcal	
9月	ミルク菓子	さつまいものグラタン 水菜のサラダ 大根のスープ	ミルク菓子	牛乳 粉チーズ 豚ひき肉	精白米 小麦粉 パン粉 さつまいも バター 植物油 砂糖	水菜 人参 ねぎ キャベツ 玉ねぎ 大根 ホールコーン	白ワイン 食塩 こしょう 鰹節 しょうゆ 米酢 ベイリーフ	559kcal 592kcal	大根
10火	ミルク菓子	魚の塩焼き きんぴらごぼう 青菜の味噌汁	ミルク りんごドーナツ	牛乳 鮭 牛肉 みそ 豆乳	精白米 ホットケーキの素 糸こんにゃく ごま 植物油 砂糖	りんご 青菜 人参 ねぎ 玉ねぎ ごぼう	酒 食塩 しょうゆ みりん 煮干し	526kcal 548kcal	
12木	ミルク菓子	豆腐の肉味噌かけ キャベツのごま和え えのきたけのすまし汁	ミルク ラスク	牛乳 鶏ひき肉 豆腐 みそ	精白米 ごま バター 植物油 砂糖 グラニュー糖	人参 ねぎ キャベツ 玉ねぎ 大根 えのきたけ	みりん しょうゆ 鰹節 食塩 シナモン	502kcal 519kcal	
13金	ミルク菓子 チーズ	八宝菜 もやしのナムル	ミルク菓子	牛乳 かまぼこ 豚肉	精白米 だんご ごま油 植物油 砂糖	人参 白菜 玉ねぎ もやし にんにく ゆでたけのこ グリーンピース ホールコーン 干し椎茸	食塩 こしょう しょうゆ 鰹節 ベイリーフ 米酢	532kcal 520kcal	
14土	ミルク菓子	のっぺい煮 果物	ミルク菓子	牛乳 鶏肉	精白米 里芋 糸こんにゃく だんご 植物油 砂糖	バナナ 人参 大根	酒 鰹節 しょうゆ みりん	509kcal 528kcal	
16月	ミルク菓子	ボークシチュー ブロッコリーのサラダ	ミルク菓子 昆布	牛乳 生クリーム 豚肉	精白米 小麦粉 じゃが芋 バター 植物油 砂糖	ブロッコリー 人参 トマトホール缶 キャベツ 玉ねぎ にんにく セロリー 昆布	食塩 こしょう 鰹節 ベイリーフ 中濃ソース 米酢	542kcal 570kcal	ブロッコリー
17火	ミルク 果物 (バナナ)	鶏肉と大根の煮物 しそ粉和え ひじきのふりかけ	ミルク 黒糖蒸しパン	牛乳 ツナ缶 鶏肉 鶏卵 厚揚げ	精白米 ホットケーキの素 糸こんにゃく ごま 植物油 砂糖 黒砂糖	人参 キャベツ 大根 もやし ひじき	みりん しょうゆ 鰹節 しそ粉	541kcal 573kcal	大根
18水	ミルク菓子	鬼っこご飯 トンカツ 添え野菜 玉ねぎのスープ 果物	ミルク菓子	牛乳 ちりめんじゃこ 豚肉 茹で大豆	精白米 パン粉 小麦粉 植物油 砂糖	みかん 人参 キャベツ 玉ねぎ ホールコーン えのきたけ ひじき	しょうゆ みりん 酒 食塩 こしょう トマトケチャップ 鰹節 ベイリーフ	534kcal 560kcal	みかん
19木	ミルク菓子	煮魚 キャベツの昆布和え 青菜のすまし汁	ミルク カレー風味の フライドポテト	牛乳 白身魚	精白米 じゃが芋 植物油 砂糖	青菜 人参 キャベツ 玉ねぎ しょうが 塩昆布	酒 みりん しょうゆ だし昆布 食塩 こしょう カレー粉	432kcal 436kcal	
20金	ミルク菓子	津ぶっこバーグ 白菜のおかか和え 春雨のスープ	ミルク菓子	牛乳 花かつお 豚ひき肉 鶏卵 みそ	精白米 米粉 春雨 砂糖	人参 ねぎ キャベツ 白菜 もやし しょうが ゆでたけのこ しめじ	酒 鰹節 しょうゆ ベイリーフ 食塩	512kcal 530kcal	白菜
21土	ミルク菓子	ちゃんこ汁 果物	ミルク菓子	牛乳 鶏肉 豆腐	精白米 植物油	バナナ 人参 キャベツ 玉ねぎ 大根 長ねぎ	酒 鰹節 しょうゆ 食塩	493kcal 508kcal	
24火	ミルク菓子	鶏唐揚げの甘辛和え 海藻サラダ ブロッコリーのカレースープ	味噌煮こみ うどん	牛乳 かまぼこ 鶏肉 油揚げ みそ	精白米 うどん だんご ごま 植物油 砂糖	ブロッコリー 人参 ねぎ キャベツ 玉ねぎ しょうが ホールコーン カットわかめ	酒 トマトケチャップ しょうゆ 米酢 鰹節 ベイリーフ 食塩 カレー粉 煮干し	449kcal 455kcal	ブロッコリー
25水	ミルク菓子	高野豆腐の煮物 人参しりしり風 果物	ミルク菓子	牛乳 ツナ缶 鶏肉 高野豆腐	精白米 じゃが芋 ごま油 植物油 砂糖	みかん 人参 ねぎ 玉ねぎ	鰹節 しょうゆ 酒 みりん	554kcal 587kcal	みかん
26木	ミルク菓子 小魚	すき焼き風煮 ごまだれサラダ	フルーツ ヨーグルト	牛乳 ヨーグルト 牛肉 焼き豆腐	精白米 糸こんにゃく ごま 植物油 砂糖 いちごジャム	バナナ 水菜 人参 ねぎ 白菜 玉ねぎ もやし しめじ	酒 みりん しょうゆ 鰹節 米酢	427kcal 419kcal	
27金	ミルク菓子	魚のウスターソースかけ ポテトサラダ あおさの味噌汁	ミルク菓子	牛乳 鮭 豆腐 みそ	精白米 小麦粉 じゃが芋 植物油 マヨネーズ 砂糖	人参 玉ねぎ しょうが ホールコーン あおさ	酒 しょうゆ ウスターソース 食塩 こしょう 煮干し	569kcal 602kcal	
28土	ミルク菓子	中華麺入りスープ 果物	ミルク菓子	牛乳 豚肉	精白米 中華麺 植物油	バナナ 人参 ねぎ キャベツ 玉ねぎ 干し椎茸	酒 鰹節 ベイリーフ しょうゆ 食塩 こしょう みりん	506kcal 524kcal	

※主食は、ご飯又はパンです。午前のおやつは、3歳未満のみです。  
 ※献立の内容や食材を変更することがありますのでご了承ください。  
 ※エネルギーについては、昼食とおやつの日分量です。



# 2月分 離乳食献立表 (目安)



		生後5～6か月頃	なめらかにすりつぶした状態	7～8か月頃	舌でつぶせる固さ	9～11か月頃	歯くきでつぶせる固さ	12～18か月頃
主食		献立名	主材料	献立名	主材料	献立名	主材料	献立名・備考
		つぶしがゆ	精白米	全がゆ	精白米	全がゆ→軟飯	精白米	軟飯→ご飯
2	月	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ、じゃが芋	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ、じゃが芋	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
3	火	豆腐と人参のペースト 野菜スープ	豆腐、人参 キャベツ、玉ねぎ	豆腐と人参のくず煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 キャベツ、玉ねぎ	豆腐と人参のやわらか煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 幼児食野菜	幼児食刻み
4	水	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 小松菜、キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 小松菜、キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
5	木	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 人参、キャベツ、玉ねぎ	鶏ささみ肉のやわらか煮 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 人参、キャベツ、玉ねぎ	鶏ささみ肉の煮物 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 幼児食野菜	幼児食刻み
6	金	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 玉ねぎ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 玉ねぎ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
7	土	豆腐と人参のペースト 野菜スープ	豆腐、人参 大根、じゃが芋	豆腐と人参のくず煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 大根、じゃが芋	豆腐と人参のやわらか煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 幼児食野菜	幼児食刻み
9	月	さつまいものミルクペースト 野菜スープ	さつまいも、ミルク 人参、キャベツ、大根	さつまいものミルク煮 野菜やわらか煮	さつまいも、ミルク 人参、キャベツ、大根	さつまいものミルク煮 野菜やわらか煮	さつまいも、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
10	火	白身魚のすり流し 野菜スープ	白身魚 青菜、人参、玉ねぎ	魚のつぶし煮 野菜やわらか煮	鮭(白身魚) 青菜、人参、玉ねぎ	煮魚 野菜やわらか煮	鮭(白身魚) 幼児食野菜	幼児食刻み
12	木	豆腐のペースト 野菜スープ	豆腐 人参、キャベツ、大根	豆腐のくず煮 野菜やわらか煮	豆腐 人参、キャベツ、大根	豆腐のやわらか煮 野菜やわらか煮	豆腐 幼児食野菜	幼児食刻み
13	金	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 人参、玉ねぎ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 人参、玉ねぎ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
14	土	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 人参、大根	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 人参、大根	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
16	月	じゃが芋ミルクペースト 野菜スープ	じゃが芋、ミルク 人参、キャベツ、玉ねぎ	じゃが芋のミルク煮 野菜やわらか煮	じゃが芋、ミルク 人参、キャベツ、玉ねぎ	じゃが芋のミルク煮 野菜やわらか煮	じゃが芋、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
17	火	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク キャベツ、大根	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク キャベツ、大根	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
18	水	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 人参、キャベツ、玉ねぎ	鶏ささみ肉のやわらか煮 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 人参、キャベツ、玉ねぎ	鶏ささみ肉の煮物 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 幼児食野菜	幼児食刻み
19	木	白身魚のすり流し 野菜スープ	白身魚 青菜、人参、玉ねぎ	魚のつぶし煮 野菜やわらか煮	白身魚 青菜、人参、玉ねぎ	煮魚 野菜やわらか煮	白身魚 幼児食野菜	幼児食刻み
20	金	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク キャベツ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク キャベツ、白菜	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
21	土	豆腐と人参のペースト 野菜スープ	豆腐、人参 人参、キャベツ、大根	豆腐と人参のくず煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 人参、キャベツ、大根	豆腐と人参のやわらか煮 野菜やわらか煮	豆腐、人参 幼児食野菜	幼児食刻み
24	火	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
25	水	じゃが芋ミルクペースト 野菜スープ	じゃが芋、ミルク 人参、玉ねぎ	じゃが芋のミルク煮 野菜やわらか煮	じゃが芋、ミルク 人参、玉ねぎ	じゃが芋のミルク煮 野菜やわらか煮	じゃが芋、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み
26	木	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク 人参、白菜、玉ねぎ	鶏ささみ肉のやわらか煮 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 人参、白菜、玉ねぎ	鶏ささみ肉の煮物 野菜やわらか煮	鶏ささみ肉 幼児食野菜	幼児食刻み
27	金	豆腐のペースト 野菜スープ	豆腐 人参、玉ねぎ、じゃが芋	豆腐のくず煮 野菜やわらか煮	豆腐 人参、玉ねぎ、じゃが芋	豆腐のやわらか煮 野菜やわらか煮	豆腐 幼児食野菜	幼児食刻み
28	土	人参ミルクペースト 野菜スープ	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク キャベツ、玉ねぎ	人参のミルク煮 野菜やわらか煮	人参、ミルク 幼児食野菜	幼児食刻み

※献立の内容や食材の一部を変更することがあります。ご了承ください。