

2020年2月離乳食献立表

		完了食
1日	昼食	マーボー豆腐丼(豆腐・豚・ピーマン・ねぎ)わかめスープ(にんじん・キャベツ)
	午後	蒸しパン(いちごジャム)牛乳
3日	昼食	御飯 さんまの蒲焼き 五目煮豆(大豆・人参・ごぼう・こんにゃく・いんげん) みそ汁(だいこん・ねぎ・たまねぎ)
	午後	鬼まんじゅう(さつまいも)牛乳
4日	昼食	麦御飯 豚肉のカレー風味焼き 厚揚げのサラダ(もやし・きゅうり・キャベツ・人参) すまし汁(だいこん・人参・えのき)
	午後	ヨーグルト(いちご)クラッカー 麦茶
5日	昼食	御飯 タンドリーチキン 切干し大根のサラダ(きゅうり・にんじん) かぶのスープ(ベーコン)
	午後	ごまとチーズのケーキ牛乳
6日	昼食	御飯 豚肉とキャベツのみそ炒め(ピーマン・人参)はるさめサラダ(きゅうり・人参) みそ汁(もやし・人参・わかめ)
	午後	ミートマカロニ牛乳
7日	昼食	御飯 スパニッシュオムレツ(豚・ほうれん草・人参・じゃがいも・玉ねぎ・チーズ) 白菜のおかか和え 豆腐スープ(にら・人参)
	午後	おやつやきそば(キャベツ・人参・ピーマン・豚)牛乳

		完了食
8日	昼食	とん汁うどん(里芋・ごぼう・人参・ねぎ・豚・大根) 白菜の昆布和え
	午後	焼きおにぎり牛乳
10日	昼食	御飯 厚揚げの炒め物(ひき肉・玉ねぎ・ねぎ・しめじ) もやしの塩昆布ナムル みそ汁(だいこん・ねぎ)
	午後	パン粉クッキー牛乳
12日	昼食	カレーライス(豚・じゃがいも・人参・玉ねぎ) わかめスープ(キャベツ・人参) いよかん
	午後	焼びん牛乳
13日	昼食	御飯 鶏肉のさっぱり煮(大根)もやしの中華風和え物(人参・小松菜) かき玉汁(卵・チンゲン菜・わかめ・玉ねぎ・人参)
	午後	大学芋牛乳
14日	昼食	御飯 ハンバーグ(玉ねぎ) ブロッコリーとコーンのソテー(人参) ミネストローネ(キャベツ・玉ねぎ・じゃがいも・人参・トマト)
	午後	ケーキ(ココアなし)牛乳
15日	昼食	チャーハン(ツナ・ひじき・にんじん・しいたけ・ピーマン) 豆腐スープ(ねぎ・わかめ)
	午後	肉まん(豚ひき・ねぎ・しいたけ・たけのこ)牛乳

		完了食
17日	昼食	御飯 豚肉のしょうが焼き マカロニサラダ(玉ねぎ・きゅうり・人参) コンソメスープ(キャベツ・たまねぎ・人参)
	午後	バナナおやつパン牛乳
18日	昼食	御飯 さばのみそ焼き もやしのごま和え(ほうれん草・人参・ちくわ) 豆腐すまし汁(小松菜・人参・えのき)
	午後	お好み焼き(豚・きゃべつ・干しエビ・ねぎ)牛乳
19日	昼食	赤飯 つくねの甘酢あんかけ(豆腐・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ) せん野菜サラダ(キャベツ・きゅうり・人参) みそ汁(小松菜・油あげ・しめじ)
	午後	にんじんケーキ牛乳
20日	昼食	御飯 豚肉のすき焼き風煮物(豆腐・キャベツ・玉ねぎ・人参・ねぎ・えのき) 白菜とツナのごま和え みそ汁(ねぎ・油揚げ・えのき)
	午後	蒸しパン(黒糖なし)牛乳
21日	昼食	御飯 鶏肉のマーマレード焼き 野菜炒め(キャベツ・もやし・人参・ピーマン) トマトスープ(鶏・玉ねぎ・キャベツ)
	午後	ロッククッキー牛乳
22日	昼食	ちゃんぽんラーメン(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし) 厚揚げマーボー(豚・ねぎ)
	午後	五平餅牛乳

		完了食
25日	昼食	麦御飯 鶏肉のみそ焼き キャベツの中華風和え(人参・きゅうり・わかめ) 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ)
	午後	スコーン(ココアなし)牛乳
26日	昼食	御飯 さけのパン粉焼き かぼちゃサラダ(きゅうり・人参) みそ汁(玉ねぎ・油揚げ・わかめ)
	午後	焼きドーナツ牛乳
27日	昼食	ミートスパゲティ(玉ねぎ・人参) じゃが芋のチーズ焼き 野菜スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・えのき)
	午後	おこわおにぎり(人参・しいたけ)牛乳
28日	昼食	中華丼(白菜・ねぎ・たけのこ・にんじん・しいたけ・豚) もやしの中華サラダ(きゅうり・キャベツ・人参) わかめスープ(コーン・人参・ねぎ)
	午後	豆腐のケーキ牛乳
29日	昼食	ピラフ(鶏・玉ねぎ・人参) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	パインチーズクラッカー牛乳