



2022年2月 離乳食献立表



| | | 完了食 | 後期食 |
|----|----|--|--|
| 1日 | 昼食 | 御飯 かかれいの西京焼き 田舎煮(大根・人参・里芋・ごぼう・こんにゃく・生揚げ・ちくわ・しいたけ) 麩のすまし汁(さばだし・豆腐・えのき・ねぎ) | 軟飯 かかれいの西京焼き 田舎煮(大根・人参・しいたけ) 麩のすまし汁(さばだし・豆腐・えのき・ねぎ) |
| | 午後 | 焼きおにぎり 牛乳 | 焼きおにぎり スープ(大根・人参) |
| 2日 | 昼食 | 御飯 ハンバーグ(豚・玉ねぎ) ポテトサラダ(じゃが芋・人参・きゅうり) 白菜スープ(人参) | 軟飯 ハンバーグ(豚・玉ねぎ) ポテトサラダ(じゃが芋・人参・きゅうり) 白菜スープ(人参) |
| | 午後 | シュガートースト 牛乳 | シュガートースト スープ(じゃが芋・玉ねぎ) |
| 3日 | 昼食 | やこめご飯(大豆・しらす・ひじき・人参) たらの照り焼き 春雨の和風炒め(もやし・いんげん) ほうれん草の磯和え(キャベツ・人参) つみれ汁(大根・人参・ごぼう・ねぎ) | やこめご飯(軟飯)(大豆・しらす・ひじき・人参) たらの照り焼き 春雨の和風炒め(もやし・いんげん) ほうれん草の磯和え(キャベツ・人参) つみれ汁(大根・人参・ねぎ・卵) |
| | 午後 | 鬼まんじゅう(さつまいも) 牛乳 | 鬼まんじゅう(さつまいも) スープ(キャベツ・人参) |
| 4日 | 昼食 | 御飯 ポークケチャップ(豚・玉ねぎ・ピーマン) キャベツの中華風和え物(人参・きゅうり・わかめ) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参) りんご | 軟飯 ポークケチャップ(豚・玉ねぎ・ピーマン) キャベツの中華風和え物(人参・きゅうり・わかめ) きのこのスープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参) 煮りんご |
| | 午後 | スコーン 牛乳 | トースト(ジャム) スープ(玉ねぎ・人参) |
| 5日 | 昼食 | チャーハン(ツナ・ひじき・人参・しいたけ・ピーマン) 豆腐スープ(わかめ・ねぎ) バナナ | チャーハン(軟飯)(ツナ・ひじき・人参・しいたけ・ピーマン) 豆腐スープ(わかめ・ねぎ) バナナ |
| | 午後 | 蒸しパン 牛乳 | 蒸しパン スープ(人参・しいたけ) |
| 7日 | 昼食 | 御飯 鶏肉のさっぱり煮(大根・人参) 和風マカロニサラダ(きゅうり・キャベツ・人参・ツナ) かき玉汁(チンゲン菜・玉ねぎ・人参・わかめ) | 軟飯 鶏肉のさっぱり煮(大根・人参) 和風マカロニサラダ(きゅうり・キャベツ・人参・ツナ) かき玉汁(チンゲン菜・玉ねぎ・人参・わかめ) |
| | 午後 | すいとん(鶏・大根・人参・白菜・ねぎ) 牛乳 | すいとん(鶏・大根・人参・白菜・ねぎ) |
| 8日 | 昼食 | 御飯 さばの塩焼き 厚揚げの炒め物(豚・玉ねぎ・人参・ねぎ・しめじ) 小松菜のごま和え(人参・コーン) みそ汁(さばだし・大根・ねぎ・わかめ) | 軟飯 さばの塩焼き 炒め物(豚・玉ねぎ・人参・ねぎ・しめじ) 小松菜のごま和え(人参・コーン) みそ汁(さばだし・大根・ねぎ・わかめ) |
| | 午後 | 焼きそば(豚・キャベツ・人参・ピーマン) 牛乳 | 焼きそば(豚・キャベツ・人参・ピーマン) スープ(こまつな・玉ねぎ) |

※食材は変更になる場合があります。
※お昼にスティック野菜がつかます。

| | | 完了食 | 後期食 |
|-----|----|--|--|
| 9日 | 昼食 | 御飯 スパニッシュオムレツ(豚・ほうれん草・人参・玉ねぎ・じゃが芋・チーズ) 白菜のおかか和え(人参) 豆腐スープ(にら・人参) | 軟飯 スパニッシュオムレツ(豚・ほうれん草・人参・玉ねぎ・じゃが芋・チーズ) 白菜のおかか和え(人参) 豆腐スープ(にら・人参) |
| | 午後 | パン粉クッキー(干しぶどう) 牛乳 | トースト スープ(ほうれん草・人参) |
| 10日 | 昼食 | 御飯 かかれいの照り焼き ブロッコリーとコーンのソテー(しめじ・人参) すまし汁(小松菜・人参・えのき・油揚げ) りんご | 軟飯 かかれいの照り焼き ブロッコリーとコーンのソテー(しめじ・人参) すまし汁(小松菜・人参・えのき) 煮りんご |
| | 午後 | 蒸しパン(りんご・干しぶどう) 牛乳 | 蒸しパン(りんご・干しぶどう) スープ(こまつな・人参) |
| 12日 | 昼食 | あんかけうどん(鶏・白菜・玉ねぎ・人参・ねぎ) ちくわ磯辺揚げ バナナ | あんかけうどん(鶏・白菜・玉ねぎ・人参・ねぎ) 粉ふき芋 バナナ |
| | 午後 | おにぎり(さつまいも・黒ごま) 牛乳 | おにぎり(さつまいも・黒ごま) スープ(白菜・人参) |
| 14日 | 昼食 | 御飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ) せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり) コンソメスープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参) | 軟飯 豚肉のしょうが焼き(玉ねぎ) せん野菜(キャベツ・人参・きゅうり) コンソメスープ(じゃが芋・玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | コーンケーキ(チーズ) 牛乳 | コーンケーキ(チーズ) スープ(キャベツ・玉ねぎ) |
| 15日 | 昼食 | 御飯 さけのパン粉焼き レンコンのバター炒め(玉ねぎ・人参・ベーコン) みそ汁(もやし・わかめ・人参) | 軟飯 さけのパン粉焼き レンコンのバター炒め(玉ねぎ・人参) みそ汁(もやし・わかめ・人参) |
| | 午後 | おこわおにぎり(豚・人参・しいたけ) 牛乳 | おにぎり(軟飯)(豚・人参・しいたけ) スープ(玉ねぎ・人参) |
| 16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) 切干大根のツナマヨサラダ(人参・きゅうり) みそ汁(小松菜・油揚げ・しめじ) | 軟飯 つくねのあんかけ(豆腐・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ) 切干大根のツナマヨサラダ(人参・きゅうり) みそ汁(小松菜・しめじ) |
| | 午後 | チーズケーキ 牛乳 | トースト スープ(こまつな・人参) |
| 17日 | 昼食 | 御飯 かかれいの西京焼き 凍り豆腐とにんじんの煮物(油揚げ) だいこんと昆布の酢の物(きゅうり・人参) みそ汁(ねぎ・油揚げ・えのき) | 軟飯 かかれいの西京焼き 凍り豆腐とにんじんの煮物(油揚げ) だいこんと昆布の和え物(きゅうり・人参) みそ汁(ねぎ・えのき) |
| | 午後 | スイートポテト 牛乳 | スイートポテト スープ(大根・人参) |

| | | 完了食 | 後期食 |
|-----|----|--|---|
| 18日 | 昼食 | 御飯 肉じゃが(鶏・人参・玉ねぎ) 切干し大根のサラダ(きゅうり・人参) みそ汁(さばだし・大根・油揚げ・わかめ) りんご | 軟飯 肉じゃが(鶏・人参・玉ねぎ) 切干し大根のサラダ(きゅうり・人参) みそ汁(さばだし・大根・わかめ) 煮りんご |
| | 午後 | 塩焼きそば(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし) 牛乳 | 塩焼きそば(豚・キャベツ・玉ねぎ・人参・もやし) スープ(玉ねぎ・人参) |
| 19日 | 昼食 | しょうゆラーメン(豚・もやし・にら・人参・コーン) じゃが芋のチーズ焼き(コーン) | しょうゆラーメン(豚・もやし・にら・人参・コーン) じゃが芋のチーズ焼き(コーン) |
| | 午後 | 五平餅 牛乳 | (軟飯)五平餅 スープ(じゃがいも・人参) |
| 21日 | 昼食 | 御飯 豚肉の香味焼き(もやし・ねぎ) 変わりきんぴら(大根・人参・さつま揚げ) すまし汁(小松菜・豆腐・人参・えのき) | 軟飯 豚肉の香味焼き(もやし・ねぎ) 変わりきんぴら(大根・人参) すまし汁(小松菜・豆腐・人参・えのき) |
| | 午後 | チャーハン(ツナ・ひじき・人参・しいたけ・ピーマン) 牛乳 | チャーハン(ツナ・ひじき・人参・しいたけ・ピーマン) スープ(大根・こまつな) |
| 22日 | 昼食 | 御飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の炒め物(玉ねぎ・ピーマン・しめじ) 野菜スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・えのき) | 軟飯 さばの竜田揚げ ほうれん草の炒め物(玉ねぎ・ピーマン・しめじ) 野菜スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・えのき) |
| | 午後 | トースト(ジャム) 牛乳 | トースト(ジャム) スープ(キャベツ・玉ねぎ) |
| 24日 | 昼食 | 御飯 かしのひきずり(豆腐・玉ねぎ・人参・白菜・えのき) キャベツのツナマヨネーズあえ(きゅうり) みそ汁(玉ねぎ・油揚げ・人参・わかめ) | 軟飯 かしのひきずり(豆腐・玉ねぎ・人参・白菜・えのき) キャベツのツナマヨネーズあえ(きゅうり) みそ汁(玉ねぎ・人参・わかめ) |
| | 午後 | 豆腐のケーキ(干しぶどう) 牛乳 | 豆腐のケーキ(干しぶどう) スープ(白菜・人参) |
| 25日 | 昼食 | 御飯 鮭の香草焼き 野菜炒め(キャベツ・もやし・人参・ピーマン) みそ汁(さばだし・なめこ・豆腐・ねぎ) | 軟飯 鮭の香草焼き 野菜炒め(キャベツ・もやし・人参・ピーマン) みそ汁(さばだし・なめこ・豆腐・ねぎ) |
| | 午後 | トマトチーズ蒸しパン 牛乳 | トマトチーズ蒸しパン スープ(キャベツ・人参) |
| 26日 | 昼食 | カレーライス(豚・じゃが芋・玉ねぎ・人参) コロコロサラダ(きゅうり・大根・人参・コーン) りんご | あんかけ丼(軟飯)(豚・じゃが芋・玉ねぎ・人参) コロコロサラダ(きゅうり・大根・人参・コーン) 煮りんご |
| | 午後 | リッツサンド(ジャム) 牛乳 | トースト(ジャム) スープ(じゃが芋・玉ねぎ) |
| 28日 | 昼食 | バセリライス 鶏肉のクリーム煮(玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ) ブレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参・ベーコン) | 軟飯 鶏肉のクリーム煮(玉ねぎ・人参・ほうれん草・しめじ) ブレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参) マカロニスープ(キャベツ・玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | 焼びん(人参・チーズ) 牛乳 | 焼びん(軟飯)(人参・チーズ) スープ(ほうれん草・人参) |