



2月 離乳食献立予定表



日	曜					午後の食事			
		5~6か月頃	7~8か月頃	9~11か月頃	12~18か月頃	5~6か月頃	7~8か月頃	9~11か月頃	12~18か月頃
1	土	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	軟飯 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
3	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 うち豆のみそ汁 果物 ひじき入りつくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	軟飯 うち豆のみそ汁 果物 ひじき入りつくね焼き ブロッコリーのおかかあえ	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
4	火	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	つぶし粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 即席漬け	軟飯 みそ汁 煮魚 即席漬け	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
5	水	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 肉じゃが 和風サラダ 果物	軟飯 肉じゃが 和風サラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
6	木	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 なら卵汁 つくね焼き すき昆布の炒り煮	軟飯 なら卵汁 つくね焼き すき昆布の炒り煮	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
7	金	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 クリームシチュー 大根サラダ	軟飯 クリームシチュー 大根サラダ	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
8	土	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 野菜の炒め煮 スープ 果物	軟飯 野菜の炒め煮 スープ 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
10	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト 煮りんご	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 チンゲン菜とわかめのスープ 豚肉と大豆の炒め煮 果物	軟飯 チンゲン菜とわかめのスープ 豚肉と大豆の炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
12	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 炒り豆腐 もやしの和え物 果物	軟飯 炒り豆腐 もやしの和え物 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
13	木	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 けんちん汁 果物 煮魚 とう菜のおひたし	軟飯 けんちん汁 果物 煮魚 とう菜のおひたし	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
14	金	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	のり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 焼きのり 野菜のおやき かぶ漬け	軟飯 みそ汁 焼きのり 野菜のおやき かぶ漬け	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
15	土	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 肉じゃが みそ汁 果物	軟飯 肉じゃが みそ汁 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)

* こども園では赤ちゃんの年齢や発育状態に合わせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。

* こども園で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

日	曜	午前の食事				午後の食事			
		5～6か月頃	7～8か月頃	9～11か月頃	12～18か月頃	5～6か月頃	7～8か月頃	9～11か月頃	12～18か月頃
17	月	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 肉豆腐 春雨サラダ ひじきふりかけ	軟飯 肉豆腐 春雨サラダ ひじきふりかけ	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
18	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	のり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 わかめスープ 焼きのり ほうれん草のオムレツ さつまいもの甘煮	軟飯 わかめスープ 焼きのり ほうれん草のキッシュ さつまいもの甘煮	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
19	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 ミートローフ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	軟飯 ミートローフ ブロッコリーサラダ 野菜スープ	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
20	木	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 新潟の冬野菜汁 煮魚 白菜のみみ漬け 果物	軟飯 新潟の冬野菜汁 煮魚 白菜のみみ漬け 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
21	金	みどり粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	みどり粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物 刻み果物	かた粥 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	軟飯 麻婆豆腐 三色ひたし 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
22	土	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	つぶし粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 即席漬け	軟飯 みそ汁 煮魚 即席漬け	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
25	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 豚肉入り野菜汁 つくね焼き ゆでブロッコリー	軟飯 みそラーメン汁 つくね焼き ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
26	水	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 白和え	軟飯 みそ汁 煮魚 白和え	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
27	木	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 車麩の卵とじ 切干大根とツナのあえもの 果物	軟飯 車麩の卵とじ 切干大根とツナのあえもの 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
28	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 肉じゃが ブロッコリーサラダ 果物	軟飯 カレー ブロッコリーサラダ 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
29	土	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 春雨スープ 豚肉と野菜の炒め煮 果物	軟飯 春雨スープ 豚肉と野菜の炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食または ミルク	(おやつ)
調理形態		なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルト状)	舌でつぶせるかたさ (豆腐状)	歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナ状)	歯ぐきでかめるかたさ (肉だんご状)				

保護者の皆様へ
 離乳食を提供するにあたり、ごとも園等で初めて食べることがないようにご家庭で食べた食品をお知らせいただいております。
 生後5、6か月頃、7、8か月頃、9～11か月頃、12～18か月頃と、離乳の開始から離乳が完了するまでに、ご家庭の料理に
 離乳食で使用する食品を順次取り入れていただき、色々な食品をごとも園等で提供できるよう協力をお願いいたします。

