







日	曜日	献立名	材料名	おやつ	日	曜日	献立名	材料名	おやつ
1	水	和風きのこスパゲティ かぼちゃサラダ 卵とニラのスープ くだもの	スパゲティ しめじ えのきたけ 玉ねぎ ベーコン かぼちゃ ジャが芋 玉ねぎ 人参 マヨネーズ 卵 玉ねぎ もやし ニラ りんご	牛乳 ツナと塩昆布のおにぎり	15	水	鮭とほうれん草クリームパスタ いんげんのごま和え 卵とセロリのスープ くだもの	スパゲティ 鮭 パター 玉ねぎ 牛乳 コーン ほうれん草 インゲン 人参 卵なし竹輪 白ごま 卵 玉ねぎ もやし セロリ りんご	牛乳 五平餅
2	木	麦ごはん すき焼き 切干し大根サラダ きくらげと卵のスープ くだもの	精白米 麦 牛肉 白菜 長ねぎ 小松菜 人参 豆腐 こんにゃく 切干し大根 きゅうり 人参 卵なし竹輪 白ごま マヨネーズ きくらげ 卵 長ねぎ たんかん	牛乳 スイートポテト	16	木	～ お弁当日 ～ 		牛乳 カステラ
3	金	恵方巻 五目大豆煮 魚ともすくのスープ くだもの	精白米 焼きのり きゅうり 人参 卵 鶏肉 厚揚げ 人参 ごぼう インゲン こんにゃく 大豆 もすく 白菜 白身魚 いちご	牛乳 おにまんじゅう 	17	金	ゆかりごはん 西京焼き 人参しりしりー すまし汁 くだもの	精白米 ゆかり カレー 人参 ブロッコリー もやし 卵なし竹輪 ツナ 花かつお だけのこ えのきたけ 青ねぎ りんご	牛乳 もちもちチーズパン
4	土	照り焼き丼 みそ汁 くだもの	精白米 鶏肉 人参 さやいんげん 焼きのり 白菜 長ねぎ ワカメ バナナ	鮭おにぎり	18	土	八宝菜丼 きのこスープ くだもの	精白米 白菜 だけのこ 人参 椎茸 豚肉 えのきたけ しめじ 玉ねぎ 油揚げ バナナ	焼き芋
6	月	麦ごはん おでん 磯香和え そうめん汁 くだもの	精白米 麦 大根 人参 ジャが芋 豚肉 厚揚げ 卵なし竹輪 キャベツ 人参 チンゲン菜 しらす干し 焼きのり 手延そうめん 椎茸 青ねぎ バナナ	牛乳 タンナファクルー	20	月	わかめごはん 炒り豆腐 ひじきサラダ きくらげと卵のスープ くだもの	精白米 ワカメ 白ごま 豆腐 玉ねぎ 人参 インゲン 干椎茸 鶏肉 ひじき キャベツ 人参 枝豆 ツナ きくらげ 卵 長ねぎ りんご	牛乳 ちんすこう
7	火	小松菜としらすのご飯 レバーフライ 人参とコーンのサラダ アーサー入りゆし豆腐 くだもの	精白米 小松菜 しらす 豚レバー 卵 人参 コーン 玉ねぎ ツナ ゆし豆腐 アーサー たんかん	牛乳 麩ラスク	21	火	ひじきご飯 鶏のから揚げ キャベツとパプリカのツナ炒め 大根スープ くだもの	精白米 ひじき 枝豆 鶏肉 キャベツ 赤ピーマン 黄ピーマン ツナ 大根 バクチョイ 人参 オレンジ	牛乳 そうめんチャンプルー
8	水	みそ煮込みうどん さつま芋天ぷら ゆかり和え くだもの	うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 さつま芋 卵 大根 きゅうり しらす ゆかり りんご	牛乳 きのこおにぎり	22	水	沖繩そば ほうれん草ソテー くだもの	沖繩そば 豚三枚肉 かまぼこ 刻み昆布 青ねぎ ほうれん草 人参 コーン しめじ パター りんご	牛乳 ひじきおにぎり
9	木	納豆ごはん 大根とレンコンの煮物 ナムル かぼちゃのみそ汁 くだもの	精白米 納豆 大根 人参 レンコン インゲン 豚肉 ほうれんそう もやし かぼちゃ 玉ねぎ 小松菜 いちご	牛乳 もすくとチーズの豆腐もち	24	金	あわごはん 鶏のやわらか照りつけ 千切りイリチー さつま芋のみそ汁 くだもの	精白米 もちきび 鶏肉 切干し大根 刻み昆布 豚肉 卵なし竹輪 こんにゃく 油揚げ 人参 さつま芋 玉ねぎ 油揚げ 青ねぎ オレンジ	牛乳 ツナサンド
10	金	青のりごはん さばの竜田揚げ 野菜チャンプルー みそ汁 くだもの	精白米 青のり さば キャベツ 人参 もやし コーン ニラ 豆腐 豚肉 じゃが芋 しめじ 玉ねぎ ワカメ りんご	牛乳 キャロットサンド	25	土	もすく丼 ニラのスープ くだもの	精白米 もちきび もすく 豚肉 ビーマン 赤ピーマン 玉ねぎ もやし ニラ オレンジ	梅しらすおにぎり
13	月	ドライカレー ブロッコリーとコーンの蒸し煮 ヨーグルト くだもの	精白米 豚肉 トマト 玉ねぎ ビーマン 人参 ブロッコリー コーン ヨーグルト りんご	牛乳 かぼちゃスコーン	27	月	グリーンピースごはん ビーフシチュー キャベツとりんごの和え物 くだもの	精白米 グリンピース 牛肉 ジャが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー トマト キャベツ りんご コーン マヨネーズ バナナ	牛乳 焼きそば
14	火	麦ごはん チキン南蛮タルタルソース 水菜とツナのスパゲティサラダ パンキンスープ くだもの	精白米 麦 鶏肉 マヨネーズ 玉ねぎ パセリ 水菜 ツナ コーン スパゲティ かぼちゃ 玉ねぎ パター 牛乳 パセリ バナナ	牛乳 たんかんゼリー チーズ 	28	火	パセリご飯 鮭のムニエル 彩り温野菜 オニオンスープ くだもの	精白米 パセリ 鮭 トマト パター ブロッコリー 人参 ジャが芋 マヨネーズ 玉ねぎ ねぎ 卵 いちご	りんごジュース さつま芋パウンドケーキ 

※ アレルギー確認のため、毎月の献立表をチェックして、お子さんが食べたことのない食材（特にタンパク質食品）があれば、まずご家庭で食べさせてみて、様子を確認していただくようお願いします。（材料、献立は、都合により変更することがあります。）

# 令和5年 2月 離乳食献立表

オレンジ第2保育園

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
		2月1日	2月2日	2月3日	2月4日
		初期 つぶしがゆ かぼちゃペースト 中期 おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 後期 軟飯 かぼちゃのお焼き (中・後期共通) 人参と玉ねぎの煮物 すまし汁 (2回食) ポテトマッシュ(しらす)	初期 つぶしがゆ 人参ペースト (中・後期共通) 納豆入りおじや 人参とブロッコリー煮、ステック そうめん汁 (2回食) 彩野菜のだし煮寒天	初期 つぶしがゆ きゅうりペースト 中期 おかゆ 人参とインゲンのそぼろ煮 後期 軟飯 人参とインゲンスティック (中・後期共通) 豆腐のそぼろ煮 魚のスープ (2回食) さつま芋寒天 	初期 つぶしがゆ 白菜ペースト (中・後期) 鶏ささみおじや みそ汁 (2回食) パナナ(きな粉かけ)
2月6日	2月7日	2月8日	2月9日	2月10日	2月11日
初期 つぶしがゆ 大根ペースト 中期 おかゆ 大根と人参の煮物 後期 軟飯 おでん風煮 (中・後期共通) しらすとキャベツの煮物 そうめん汁 (2回食) ポテトのミルク煮	初期 つぶしがゆ 小松菜ペースト 中期 おかゆ ポテトマッシュ(しらす) 後期 軟飯 レバー入り焼きコロッケ (中・後期共通) 小松菜と人参の煮物 ゆし豆腐 (2回食) おじや	初期 つぶしがゆ さつま芋ペースト (中・後期共通) 煮込みうどん さつま芋と人参の煮物 大根ときゅうりのそぼろ煮 (2回食) さつま芋お焼き	初期 つぶしがゆ 人参ペースト 中期 おかゆ 人参とインゲンのそぼろ煮 後期 軟飯 人参とインゲンスティック (中・後期共通) 納豆ときゅうりのそぼろ煮 みそ汁 (2回食) かぼちゃ寒天	初期 つぶしがゆ じゃが芋ペースト 中期 おかゆ キャベツと人参の煮物 後期 軟飯 キャベツと人参の煮物 (中・後期共通) 白身魚の野菜あんかけ みそ汁 (2回食) 人参パン粥、トーストパン	~ 建国記念の日 ~ 
2月13日	2月14日	2月15日	2月16日	2月17日	2月18日
初期 つぶしがゆ ブロッコリーペースト 中期 おかゆ 人参とブロッコリーそぼろ煮 後期 軟飯 人参とブロッコリースティック (中・後期共通) 鶏ささみとトマトくす煮 春雨スープ (2回食) かぼちゃ蒸しパン	初期 つぶしがゆ 玉ねぎペースト 中期 おかゆ 人参と玉ねぎの煮物 後期 軟飯 人参と玉ねぎの煮物 (中・後期共通) 鶏肉とかぼちゃの煮物 みそ汁 (2回食) たんかんゼリー	初期 つぶしがゆ ほうれん草ペースト 中期 おかゆ 人参とインゲンのそぼろ煮 後期 軟飯 人参とインゲンスティック (中・後期共通) 鮭とほうれん草クリーム煮 野菜スープ (2回食) おじや	初期 つぶしがゆ 白菜ペースト 中期 おかゆ 豆腐と小松菜の煮物 後期 軟飯 すき焼き風煮 (中・後期共通) 白菜と人参の煮物 すまし汁 (2回食) さつま芋マッシュ	初期 つぶしがゆ 人参ペースト 中期 おかゆ 人参とブロッコリーそぼろ煮 後期 軟飯 人参とブロッコリースティック (中・後期共通) 白身魚のクリームコーン煮 すまし汁 (2回食) ミルクパン粥(きな粉かけ)	初期 つぶしがゆ 白菜ペースト (中・後期) 野菜入りおじや 鶏ささみクリームコーン煮 春雨スープ <b>職員研修</b>
2月20日	2月21日	2月22日	2月23日	2月24日	2月25日
初期 つぶしがゆ キャベツペースト 中期 おかゆ キャベツと人参の煮物 後期 軟飯 キャベツとひじきの煮物 (中・後期共通) 豆腐と玉ねぎの煮物 すまし汁 (2回食) おじや	初期 つぶしがゆ 大根ペースト 中期 おかゆ 鶏肉のおろし煮 後期 軟飯 鶏肉のおろし煮 (中・後期共通) キャベツと赤ピーマンの煮物 みそ汁 (2回食) 煮込みそうめん	初期 つぶしがゆ ほうれん草ペースト 中期 おかゆ 鮭とほうれん草のクリーム煮 後期 軟飯 鮭とほうれん草のクリーム煮 (中・後期共通) 人参と玉ねぎの煮物 そうめん汁 (2回食) キャロット粥	~ 天皇誕生日 ~ 	初期 つぶしがゆ ブロッコリーペースト 中期 おかゆ 鮭のポテト煮 後期 軟飯 鮭のポテトバーグ (中・後期共通) 赤ピーマンとブロッコリー煮 みそ汁 (2回食) さつま芋寒天	初期 つぶしがゆ 玉ねぎペースト (中・後期) 納豆入りおじや 鶏ささみとピーマンの煮物 すまし汁 (2回食) パナナケーキ
2月27日	2月28日				
初期 つぶしがゆ トマトペースト 中期 おかゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 後期 軟飯 ビーフシチュー風煮 (中・後期共通) 人参と玉ねぎの煮物 春雨スープ (2回食) おじや	初期 つぶしがゆ さつま芋ペースト 中期 おかゆ 鶏ささみくす煮 後期 軟飯 鶏肉の照り焼き (中・後期共通) キャベツと人参の煮物 みそ汁 (2回食) パン粥、トーストパン		<div style="border: 1px solid black; padding: 10px;"> <ul style="list-style-type: none"> <li>●初期 5~6ヶ月頃 ●中期 7~8ヶ月頃 ●後期 9~11ヶ月頃</li> <li>●1歳児・・・後期食が進み幼児食に移行できるようになると、幼児食と同じ献立になります。幼児食の肉・魚など噛みにくい食材は、刻んだり食べやすくして下さいます。(幼児食の献立を確認し、食べた事がない食材は、家庭の方で食べさせるようにして下さい) ※特に、卵・さば などのたんぱく質食品は、食べて変わった様子がないか確認して下さい。</li> </ul> </div>		