

離乳食献立

2025年2月

		もぐもぐ期(7.8か月)	かみかみ期(9~11か月)
1	土	しらす雑炊(ごはん・しらす・人参・玉ねぎ・キャベツ・ブロッコリー)	
3	月	鬼ライス(ごはん・人参・ブロッコリー・のり・きゅうり) わかめスープ(わかめ・人参・玉ねぎ・豆腐) パナナ	
4	火	おかゆ 鶏団子煮(鶏ひき肉・玉ねぎ) 小松菜のみそ汁(小松菜・人参・玉ねぎ・豆腐)	軟飯 鶏団子煮 小松菜のみそ汁
5	水	おかゆ しらす入りマッシュポテト(しらす・じゃが芋・きゅうり) みそ汁(大根・人参・白菜・麩)	軟飯 しらす入りマッシュポテト みそ汁
6	木	おかゆ 肉じゃが(じゃが芋・人参・玉ねぎ・鶏ささみ) 野菜のおかか和え(キャベツ・人参・きゅうり)	軟飯 肉じゃが 野菜のおかか和え
7	金	おかゆ マーボー豆腐(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) スティック煮野菜(人参・きゅうり)	軟飯 マーボー豆腐 スティック煮野菜
8	土	煮込みうどん(うどん・玉ねぎ・人参・鶏ひき肉)	
10	月	おかゆ じゃが芋のおやき(じゃが芋・鶏ひき肉・玉ねぎ) 豆腐スープ(豆腐・人参・玉ねぎ・白菜)	軟飯 じゃが芋のおやき 豆腐スープ
11	火	建国記念の日	
12	水	煮込みうどん(うどん・人参・玉ねぎ・鶏ひき肉・キャベツ) マッシュポテト(じゃが芋・ブロッコリー) パナナ	煮込みうどん マッシュポテト パナナ
13	木	おかゆ 魚のコーン煮込み(白身魚・クリームコーン・玉ねぎ) さつま汁(さつま芋・人参・大根・玉ねぎ・小松菜)	軟飯 魚のコーン煮込み さつま汁
14	金	おかゆ しらす和え(しらす・キャベツ・きゅうり・人参) 豆乳シチュー(鶏ひき肉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・チンゲン菜)	軟飯 しらす和え 豆乳シチュー
15	土	あんかけうどん(うどん・人参・玉ねぎ・鶏ひき肉)	
17	月	おかゆ みそ汁(じゃが芋・わかめ・玉ねぎ・人参) 豆腐ハンバーグ(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー)	軟飯 みそ汁 豆腐ハンバーグ
18	火	おかゆ かぶのそぼろあんかけ(かぶ・鶏ひき肉・人参・麩) さつまいもサラダ(さつまいも・人参・きゅうり)	軟飯 かぶのそぼろあんかけ さつまいもサラダ
19	水	おかゆ 煮魚(白身魚・ほうれん草・人参) 白菜のみそ汁(白菜・人参・玉ねぎ)	軟飯 煮魚 白菜のみそ汁
20	木	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐・人参・玉ねぎ・いんげん) ポテトサラダ(じゃが芋・人参・ブロッコリー)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 ポテトサラダ パナナ
21	金	おかゆ 肉団子の豆乳煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー) 白菜スープ(白菜・人参・玉ねぎ)	軟飯 肉団子の豆乳煮 白菜スープ
22	土	しらす雑炊(ごはん・しらす・玉ねぎ・人参)	
24	月	振替休日	
25	火	おかゆ 鶏団子鍋(鶏ひき肉・玉ねぎ・大根・人参・麩) 野菜のおかか和え(ブロッコリー・きゅうり・人参)	軟飯 鶏団子鍋 野菜のおかか和え
26	水	おかゆ 魚の野菜あんかけ煮(白身魚・小松菜・人参) みそ汁(大根・人参・麩) パナナ	軟飯 魚の野菜あんかけ煮 みそ汁 パナナ
27	木	おかゆ あんかけハンバーグ(鶏ひき肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参) ポテトスープ(じゃが芋・人参・玉ねぎ・白菜)	軟飯 あんかけハンバーグ ポテトスープ
28	金	おかゆ 鶏団子汁(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・大根) かぼちゃのマッシュ(かぼちゃ・ブロッコリー)	軟飯 鶏団子汁 かぼちゃのマッシュ

調味料はだし・しょうゆ・みそを使用しています。