

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(さつま芋・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。