



2月離乳食献立表



日	曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子よくなる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子よくなる
1	月	お粥 みそ汁 かれのい野菜あんかけ キャベツの煮物	みそ 豆腐 かれい	米 片栗粉	人参 人参	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
2	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
3	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ 大根の煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根
4	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 ほうれん草の煮物	みそ 鮭	米	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
5	金	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 マッシュポテト	みそ 豆腐	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
6	土	お粥 みそ汁 肉じゃが みかん	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
8	月	お粥 みそ汁 鮭のミルク煮 キャベツの煮物	みそ 鮭 粉ミルク	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
9	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ マカロニ煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋 マカロニ	人参 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
10	水	お粥 みそ汁 肉じゃが みかん	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
12	金	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 じゃが芋の煮物	みそ 鮭	米 じゃが芋	人参 玉葱	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
13	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 みかん	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米	人参 玉葱 人参 みかん	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
15	月	お粥 みそ汁 ささみの煮物 マッシュポテト	みそ ささみ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
16	火	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 ブロッコリーの煮物	みそ 鮭	米 片栗粉	人参 白菜 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
17	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
18	木	お粥 みそ汁 ささみのミルク煮 バナナ	みそ ささみ 粉ミルク	米	人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
19	金	お粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
20	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
22	月	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ じゃが芋の煮物	みそ 鮭	米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
24	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 大根 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
25	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 もやしの煮物	みそ ささみ	米	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 もやしの煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 もやし
26	金	お粥 みそ汁 肉じゃが 人参の煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参の煮物	みそ	米	人参 人参
27	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 みかん	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。

※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。