

🍓🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸🌸 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:腸を動かす	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:腸を動かす
1	水	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 ブロッコリー煮	みそ 豆腐	米 ジャガ芋	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参 ブロッコリー
2	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) 白菜煮	みそ 卵	米	人参 人参 人参 白菜	お粥 みそ汁 白菜煮	みそ	米	人参 人参 人参 白菜
3	金	お粥 みそ汁 魚の煮物 じゃが芋煮	みそ 鮭	米 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
4	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 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
6	月	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 じゃが芋煮	みそ 鮭	米 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
7	火	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ほうれん草煮	みそ ささみ	米	人参 大根 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 人参 ほうれん草
8	水	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	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
9	木	お粥 みそ汁 魚のミルク煮 人参煮	みそ 豆腐 鰯 粉ミルク	米	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 人参
10	金	お粥 みそ汁 肉団子 じゃが芋煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
13	月	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	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
14	火	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 人参 みかん	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参
15	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツ煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 人参 キャベツ
16	木	お粥 みそ汁 魚の煮物 ほうれん草煮	みそ 鮭	米	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 人参 ほうれん草
17	金	お粥 みそ汁 ささみの煮物 みかん	みそ ささみ	米	人参 人参 人参 みかん	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参 人参
18	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 バナナ	みそ	米	人参 人参 人参 バナナ
20	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米 ジャガ芋	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参 キャベツ
21	火	お粥 みそ汁 豆腐煮 ほうれん草煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 人参 ほうれん草
22	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	みそ 卵	米	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 人参 ブロッコリー
24	金	お粥 みそ汁 肉じゃが 大根煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 人参 大根
25	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 バナナ	みそ	米	人参 人参 人参
27	月	お粥 みそ汁 魚のケチャップ煮 かぼちゃ煮	みそ 鰯	米 ジャガ芋	人参 人参 人参 南瓜	お粥 みそ汁 かぼちゃ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 人参 南瓜
28	火	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 バナナ	みそ	米	人参 人参 人参 バナナ

※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。