

2024年 2月 離乳食献立表



社会福祉法人 都島友の会
都島乳児保育センター



日曜日	離乳 後期食				離乳 中期食		
	間食(朝)	昼食	間食(3時)	延長(6時)	材料	材料	
1木	ハイハイ 大豆軟飯 ご飯トッピング 鶏肉のおろし焼き		恵方ロール	ふかし芋	うすあげ ゼラチン 鶏糸卵 鶏肉 大豆水煮 ごはん 砂糖 かつお グリンピース ほうれん草 りんご 人参 青ねぎ 大根 いちごジャム 食パン	グリーンピース粥 白身魚のおろし煮 りんご	からすがれい 全がゆ グリンピース ほうれん草 りんご 人参 大根
2金	ハイハイ 軟飯 かわいいの西京焼き 白菜の煮浸し みそ汁		ちんすこう	バナナ	うすあげ からすがれい ごはん 砂糖 ほんしめじ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜 白菜 ラード 小麦粉	全粥 かわいいの蒸し焼き すまし汁	からすがれい 全がゆ 人参 南瓜 白菜
3土	ハイハイ みそうどん 豆腐の煮物 オレンジ		野菜ハイハイ		絹ごし豆腐 豚ミンチ うどん 砂糖 きぬさや テンゲン菜 なす オレンジ 玉ねぎ 人参 大根	煮込みうどん 豆腐の煮物 オレンジ	絹ごし豆腐 うどん テンゲン菜 なす オレンジ 玉ねぎ 人参 大根
5月	ハイハイ おかかご飯 おでん 白菜のおかか和え りんご		パンディング	ホットケーキ	花かつお 絹ごし豆腐 ごはん じゃが芋 砂糖 りんご 小松菜 人参 大根 白菜 牛乳 卵 食パン	グリーンピース粥 白身魚のおろし煮 りんご	からすがれい 全がゆ グリンピース りんご 小松菜 人参 大根
6火	ハイハイ ミートスパゲティ ブロッコリーサラダ スープ		鮭おにぎり	ベビーせんべい	冷凍ミンチ スパゲティ パター マヨレ 砂糖 小麦粉 カナッパワー きゅうり ビーマン ブロッコリー 玉ねぎ 人参 スイートコーン カットわかめ 鮭 ごはん	野菜うどん ブロッコリーサラダ スープ	うどん キャベツ きゅうり ブロッコリー 玉ねぎ 人参
7水	ハイハイ 軟飯 鶏肉のタルタルソースかけ 南瓜のいとこ煮 けんちん汁		大学芋	オレンジ	ゆであずき 鶏肉 絹ごし豆腐 卵 ごはん かつくり粉 マヨレ 砂糖 里芋 玉ねぎ 人参 青ねぎ 赤ピーマン 大根 南瓜 さつま芋	さといも粥 南瓜のいとこ煮 けんちん汁	あずき 絹ごし豆腐 全がゆ 里芋 玉ねぎ 人参 大根 南瓜
8木	ハイハイ ハヤシライス ディップ野菜 フルーツヨーグルト		マープルケーキ(抹茶)	お麩ラスク	ヨーグルト ミンチ かつくり粉 ごはん じゃが芋 マヨレ 砂糖 グリンピース トマト バナナ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 大根 サラダ油 小麦粉	ハヤシライス ブロッコリーサラダ バナナ	かたくり粉 じゃが芋 全がゆ グリンピース トマト バナナ ブロッコリー 玉ねぎ 人参 大根
9金	ハイハイ 軟飯 赤魚の煮付け 高野豆腐のふくめ煮 薩摩汁		はっさく	ベビーせんべい	高野豆腐 赤魚 豚ミンチ ごはん さつま芋 砂糖 いんげん ほうれん草 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 はっさく	全粥 かわいいの煮付け すまし汁	からすがれい 全がゆ さつま芋 ほうれん草 玉ねぎ 人参 大根
10土	ハイハイ チャーハン 春雨サラダ 豆腐スープ		野菜ハイハイ		絹ごし豆腐 豚ミンチ ごはん はるさめ 砂糖 きゅうり しいたけ にら レタス 玉ねぎ 人参 青ねぎ スイートコーン	野菜粥 胡瓜の和え物 豆腐スープ	絹ごし豆腐 全がゆ きゅうり テンゲン菜 玉ねぎ 人参
12月							
13火	ハイハイ きつねうどん 南瓜の炒め物 りんご		ホットドック	ふかし芋	うすあげ うどん パター 砂糖 りんご 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜 ホットドックパン キャベツ	あんかけうどん 南瓜の炒め煮 りんご	うどん かたくり粉 キャベツ りんご 玉ねぎ 人参 南瓜
14水	ハイハイ そぼろライス ツナポテトサラダ みかん		蒸しパン	ジャムパン	ツナフレーク キミンチ 大豆水煮 かつくり粉 ごはん じゃが芋 マヨレ 砂糖 きゅうり トマト みかん りんご 玉ねぎ 人参 サラダ油 小麦粉	トマト粥 ポテトサラダ みかん	じゃが芋 全がゆ きゅうり トマト みかん 玉ねぎ 人参
15木	ハイハイ 軟飯 鶏肉の治部煮 胡瓜の磯和え いもこ汁		マカロニきなこ	ベビーせんべい	カットわかめ キミンチ 鶏肉 ごはん かつくり粉 砂糖 里芋 きゅうり 小松菜 人参 青ねぎ 大根 きな粉 マカロニ	全粥 野菜の磯和え いもこ汁	カットわかめ 全がゆ かたくり粉 里芋 きゅうり 小松菜 人参 大根
16金	ハイハイ 祭りごはん 厚揚げと白菜の炒め煮 赤だし パナナ		スイートパンキン	人参蒸しパン	カットわかめ ちりめんじゃこ 厚揚げ 高野豆腐 卵 ごはん 砂糖 いんげん きゅうり なめこ パナナ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 白菜 パター 南瓜	しらす雑炊 すまし汁 バナナ	カットわかめ ちりめんじゃこ 全がゆ きゅうり パナナ 玉ねぎ 人参 白菜
17土	ハイハイ 豆腐のあんかけ丼 もやしナムル スープ		野菜ハイハイ		絹ごし豆腐 豚ミンチ かつくり粉 ごはん 砂糖 きゅうり テンゲン菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 太もやし 大根	豆腐のあんかけ丼 胡瓜の磯和え 大根のスープ煮	カットわかめ 絹ごし豆腐 かつくり粉 全がゆ きゅうり テンゲン菜 玉ねぎ 人参 大根
19月	ハイハイ 軟飯 かわいいのおろし煮 おおさかしろなおかか和え みそ汁		お好み焼き	ベビーせんべい	うすあげ からすがれい 花かつお ごはん かつくり粉 砂糖 えきたけ おおさかしろ菜 なす 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 あおのり 豚ミンチ キャベツ	全粥 かわいいのみぞれ煮 おおさかしろなおかか和え	からすがれい 花かつお 全がゆ おおさかしろ菜 なす 人参 大根
20火	ハイハイ マーボー丼 春雨サラダ 具だくさん汁		ジャムパン	ちんすこう	絹ごし豆腐 豚ミンチ かつくり粉 ごはん さつま芋 はるさめ 砂糖 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 いちごジャム 食パン	マーボー丼 さつま芋の甘煮 大根スープ	絹ごし豆腐 かつくり粉 さつま芋 全がゆ キャベツ きゅうり 玉ねぎ 人参 大根
21水	ハイハイ 軟飯 がんめ煮 白和え かきたま汁		オレンジ	ホットケーキ	鶏ミンチ 木綿豆腐 卵 ごはん かつくり粉 砂糖 いんげん ほうれん草 ほんしめじ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 オレンジ	全粥 野菜の炊き合わせ 白和え	木綿豆腐 全がゆ キャベツ ほうれん草 人参 大根
22木	ハイハイ ラーメン 肉団子の甘煮 バナナ		わかめおにぎり	焼きいも	豚ミンチ かつくり粉 砂糖 中華めん キャベツ しいたけ パナナ ピーマン 玉ねぎ 人参 青ねぎ 太もやし カットわかめ ごはん	煮込みうどん 大根の薄く煮 バナナ	うどん かたくり粉 キャベツ バナナ 玉ねぎ 人参 大根
23金							
24土	ハイハイ 親子丼 ひじき大豆煮 みそ汁		野菜ハイハイ		うすあげ ひじき 鶏ミンチ 大豆水煮 卵 かつくり粉 ごはん 砂糖 いんげん 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ	おじや 豆腐の磯煮 スープ	あおのり 絹ごし豆腐 全がゆ キャベツ 玉ねぎ 小松菜 人参
26月	ハイハイ 菜めし 豆腐の炒め物 肉団子 みそ汁		きな粉パン	ベビーせんべい	うすあげ 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 豚ミンチ かつくり粉 ごはん 砂糖 里芋 テンゲン菜 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ きな粉 食パン	全粥 豆腐の炒め物 すまし汁	絹ごし豆腐 全がゆ かつくり粉 里芋 テンゲン菜 玉ねぎ 人参
27火	ハイハイ 牛丼 南瓜のきなこまぶし にゅうめん		クッキー	バナナ	きな粉 ミンチ かつくり粉 ごはん そうめん 砂糖 しいたけ ほうれん草 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜 パター 小麦粉	野菜のあんかけ丼 南瓜のきなこまぶし にゅうめん	きな粉 かつくり粉 そうめん 全がゆ ほうれん草 玉ねぎ 人参 南瓜 白菜
28水	ハイハイ 軟飯 鮭のちゃんちゃん焼き 茄子のおかか煮 切干大根みそ汁		ヨーグルトケーキ	しおかりんどう	うすあげ 花かつお 秋鮭 ごはん じゃが芋 砂糖 きぬさや キャベツ なす ほんしめじ 玉ねぎ 人参 青ねぎ 赤ピーマン 切り干し大根 白ねぎ スイートコーン ヨーグルト サラダ油 小麦粉	全粥 かわいいのちゃんちゃん焼き すまし汁	からすがれい 全がゆ じゃが芋 キャベツ なす 玉ねぎ 人参
29木	ハイハイ おかかおにぎり ちゃんこ鍋 オレンジ		豆腐ちぢみ	コーン蒸しパン	花かつお 厚揚げ 豚ミンチ ごはん 砂糖 中華めん オレンジ 人参 太もやし 大根 白ねぎ 白菜 豚ミンチ 木綿豆腐 チーズ粉 にら 玉ねぎ	全粥 ちゃんこ風煮込み オレンジ	絹ごし豆腐 全がゆ うどん オレンジ 人参 大根 白菜

※朝のおやつはハイハイ(プレーン/緑黄色野菜)・ベビーせんべいを提供します。



ジャンパメディカルフード
栄養士 作成

