

2023年2月 離乳食献立表

四つ木なかよし保育園

日にち	曜日	5~6ヶ月 午前	7~8ヶ月 午前	7~8ヶ月 午後	9~12ヶ月 午前	9~12ヶ月 午後	12~18ヶ月	12~18ヶ月 おやつ
1	15	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パンかゆ 玉葱のそぼろ煮 きゅうり煮 キャベツスープ	7倍粥 人参としらす煮 キャベツ煮 玉葱のみそ汁	トースト 玉葱のそぼろ煮 きゅうり煮 キャベツスープ	5倍粥 人参としらす煮 キャベツ煮 玉葱のみそ汁	丸パン チキンの照り焼き コールスローサラダ コーンスープ パナナ 牛乳
2	16	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	みそうどん きゅうりとわかめ煮 大根煮	7倍粥 大根とツナの煮物 人参とひじき煮 玉葱スープ	みそうどん きゅうりとわかめ煮 大根煮	5倍粥 大根とツナの煮物 人参とひじき煮 玉葱スープ	みそ煮込みうどん ひじきの炒め煮 オレンジ きゅうりとちりめんの甘酢 牛乳
3	17	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	しらすかゆ じゃがいもの煮物 みそ汁	7倍粥 鶏団子のミルク煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	しらすかゆ じゃがいもの含煮 みそ汁	5倍粥 鶏団子のミルク煮 小松菜の煮浸し 人参スープ	ご飯 いわしのかば焼き 磯和え ※すまし汁 みかん 牛乳
4	18	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 大根とツナの煮物 キャベツ煮 人参スープ	7倍粥 玉葱のそぼろ煮 にんじん煮 キャベツスープ	5倍粥 大根とツナの煮物 キャベツ煮 人参スープ	5倍粥 玉葱のそぼろ煮 キャベツスープ スティックにんじん	焼肉丼 即席漬け みそ汁 ヨーグルト 牛乳
6	20	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 だいこん煮 玉葱スープ	7倍粥 ツナと人参煮 きゅうり煮 大根スープ	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 スティックだいこん 玉葱スープ	5倍粥 ツナと人参煮 スティックきゅうり 大根スープ	チキンカレー マセドアンサラダ オニオンスープ みかん ヨーグルト せんべい 麦茶
7	21	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 かれのいの煮つけ 人参甘煮 野菜スープ	パンかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 人参甘煮 わかめスープ	5倍粥 かれのいの煮つけ 人参甘煮 野菜スープ	トースト 豆腐のそぼろあんかけ 人参甘煮 わかめスープ	ご飯 かわいいの照り焼き 青菜の煮浸し すまし汁 パナナ マヨチーズトースト 牛乳
8	22	水	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 大根のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し ねぎスープ	のりうどん 人参のそぼろ煮 玉葱甘煮	5倍粥 大根のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し ねぎスープ	のりうどん 人参のそぼろ煮 玉葱甘煮	ご飯 シャキシャキつくね 納豆和え みそ汁 いちご マカロニナポリタン 牛乳
9	23	木	おもゆ 野菜のペースト ミルク	パンかゆ 白身魚のケチャップ煮 きゅうり煮 オニオンスープ	7倍粥 きゃべつのそぼろ煮 人参煮 のりスープ	トースト 白身魚のケチャップ煮 スティックきゅうり オニオンスープ	5倍粥 きゃべつのそぼろ煮 人参スティック のりスープ	丸パン ※白身魚フライ フレッシュサラダ 白菜スープ パナナ 茶飯 牛乳
10	24	金	おもゆ 野菜のペースト ミルク	7倍粥 人参のそぼろ煮 青菜の煮浸し のりスープ	パンかゆ ツナときゅうり煮 人参甘煮 すまし汁	5倍粥 人参のそぼろ煮 青菜の煮浸し のりスープ	トースト ツナときゅうり煮 人参甘煮 すまし汁	※ビビンバ 中華きゅうり 春雨スープ オレンジ お麩のラスク 牛乳
11	25	土	おもゆ 野菜のペースト ミルク	鶏うどん さつまいもの甘煮 キャベツ煮	7倍粥 しらすときゃべつ煮 人参甘煮 玉葱スープ	鶏うどん さつまいもの甘煮 キャベツ煮	5倍粥 しらすときゃべつ煮 人参甘煮 玉葱スープ	鶏南蛮うどん さつまいもの甘煮 キャベツの香り漬 ヨーグルト クリームパン 牛乳
13	27	月	おもゆ 野菜のペースト ミルク	のりがゆ 白菜のひき肉あん 玉葱甘煮 きのコスープ	7倍粥 ツナと玉葱煮 にんじん煮 白菜スープ	のりがゆ 白菜のひき肉あん 玉葱甘煮 きのコスープ	5倍粥 ツナと玉葱煮 スティックにんじん 白菜スープ	海苔の佃煮ご飯 生揚げ煮 ※きのこのすまし汁 パナナ コーントースト 牛乳
14	28	火	おもゆ 野菜のペースト ミルク	煮込みうどん しらすときゃべつ煮 青菜煮	7倍粥 人参のそぼろ煮 玉葱甘煮 しめじスープ	煮込みうどん しらすときゃべつ煮 青菜煮	5倍粥 人参のそぼろ煮 玉葱甘煮 しめじスープ	スパゲッティミートソース レモンドレッシングサラダ ※青菜スープ オレンジ ※バレンタインクッキー (28日:鯉ごはん) 牛乳

※<完了食、乳児食の提供について>

喫食時の管理安全上の理由により、一定の期間中、麺類、パン類、お菓子関係は、小麦粉、卵を使わない食品を使用いたします。ご質問等がありましたら、栄養士戸田までご連絡ください。

ご理解とご協力のほどよろしくお願いいたします。

<完了食519kcal(月平均)>