

# 2023年度 2月離乳食献立表



芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料				中期	後期	完了期	主な材料		
				エネルギー	パワー	ヘルシー					エネルギー	パワー	ヘルシー
1 15 29 (木)		パン たらのだしあんかけ かぼちゃのサラダ コーンチャウダー 果物	パン たらのだしあんかけ かぼちゃのサラダ コーンチャウダー 果物	パン 片栗粉 じゃがいも 米	たら おから 豆乳 牛乳	かぼちゃ 人参 カリフラワー 玉ねぎ 長ねぎ コーン わかめ	8 22 (木)		ごはん ひらめの昆布蒸し ひじき煮 わかめの味噌汁 果物	ごはん ひらめの昆布蒸し ひじき煮 わかめの味噌汁 果物	米 小麦粉	ひらめ 味噌 小豆 牛乳	ひじき 人参 玉ねぎ 大根 わかめ 長ねぎ
			わかめごはん 牛乳							あんこパンケーキ 牛乳			
2 16 (金)		ごはん チキンバーグ かぶのお浸し のりの味噌汁 果物	ごはん チキンバーグ かぶのお浸し のりの味噌汁 果物	米 片栗粉 さつまいも	鶏肉 豆腐 味噌 きな粉 牛乳	玉ねぎ かぶ 人参 きゅうり 長ねぎ 青のり 大根	9 (金)		ごはん ふわふわ団子 里芋のサラダ 根菜味噌汁 果物	ごはん ふわふわ団子 里芋のサラダ 根菜味噌汁 果物	米 片栗粉 里芋 じゃがいも うどん	豆腐 鶏肉 味噌 かつお節 牛乳	人参 玉ねぎ フロコリー 白菜 大根 長ねぎ
			あべかわおさつ 牛乳							おしぼりうどん 牛乳			
3 17 (土)		肉うどん きゅうりのサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	肉うどん きゅうりのサラダ 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん 小麦粉	豚肉 おから 牛乳	白菜 大根 玉ねぎ きゅうり 人参 長ねぎ	10 24 (土)		あんかけにゅう麺 紅白煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	あんかけにゅう麺 紅白煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	素麺 片栗粉 じゃがいも	豚肉 チーズ 牛乳	玉ねぎ 白菜 人参 大根 長ねぎ
			ミルク蒸しパン 牛乳							チーズポテト 牛乳			
5 19 (月)		ごはん 焼き鮭 人参のおかか煮 具沢山汁 果物	ごはん 焼き鮭 人参のおかか煮 具沢山汁 果物	米 さつまいも	鮭 かつお節 味噌 牛乳	人参 大根 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 長ねぎ	26 (月)		ごはん 焼きかかれい 白菜ののり和え 呉汁 果物	ごはん 焼きかかれい 白菜ののり和え 呉汁 果物	米 さつまいも	かかれい 大豆 味噌 ヨーグルト 牛乳	白菜 人参 青のり 大根 長ねぎ 玉ねぎ りんご
			焼きいも 牛乳							りんごヨーグルト 牛乳			
6 20 (火)		豆腐のカレー風 大根のしらす和え お麩と三つ葉のすまし汁 果物	豆腐のカレー風 大根のしらす和え お麩と三つ葉のすまし汁 果物	米 じゃがいも パン	豆腐 しらす おから 焼き麩 チーズ 牛乳	長ねぎ トマト 大根 人参 玉ねぎ かぼちゃ 三つ葉	13 27 (火)		ごはん 豆腐のそぼろあんかけ いもサラダ 小松菜の味噌汁 果物	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ いもサラダ 小松菜の味噌汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも 小麦粉	豆腐 豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 小松菜 長ねぎ キャベツ
			チーズトースト 牛乳							ねぎおやき 牛乳			
7 21 (水)		ごはん 鶏つくね かぶサラダ 野菜スープ 果物	ごはん 鶏つくね かぶサラダ 野菜スープ 果物	米 片栗粉	鶏肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 かぶ カリフラワー パプリカ 長ねぎ キャベツ	14 28 (水)		ごはん ミートボールのトマト煮込み ほうれん草のツナ和え キャベツの味噌汁 果物	ごはん ミートボールのトマト煮込み ほうれん草のツナ和え キャベツの味噌汁 果物	米 片栗粉 小麦粉	豚肉 ツナ 味噌 牛乳	トマト 玉ねぎ ほうれん草 人参 キャベツ 長ねぎ いちご
			五平餅風おにぎり 牛乳							いちごシフォン 牛乳			

- \* 主食はそれぞれの発達状況に応じ、調理致します。
- \* 食べやすさを考慮し、使用材料に記載がない場合でもとりみ付けに片栗粉を使用する場合があります。
- \* 上段が午前食、下段が午後食です。完了期は午前補食を食べます。
- \* 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。
- \* 今月の魚は、たら・鮭・しらす・ひらめ・かかれいです。果物は柑橘類・りんご・バナナ等を予定しています。
- \* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。
- \* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。