



2月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ しめじ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・醤油・砂糖 しめじ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
3	月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん ほうれん草	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
4	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも こまつな	和粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも・醤油・砂糖 こまつな・味噌	和粥	米・かつお節 かつお節
5	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー チンゲンサイ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
6	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・だいこん ほうれん草	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・だいこん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
7	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ チンゲンサイ	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
8	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ ほうれん草	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
10	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい わかめ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・はくさい・醤油・砂糖 わかめ・味噌	みかん	みかん
11	火	祝日＜建国記念の日＞							
12	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ えのき	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・たまねぎ・醤油・砂糖 えのき・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
13	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ こまつな	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
14	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー ほうれん草	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
15	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも なめこ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 なめこ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3～4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。





2月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
17	月	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん こまつな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 こまつな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
18	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ チンゲンサイ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	みかん	みかん
19	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん ほうれん草	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
20	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも なめこ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも・醤油・砂糖 なめこ・味噌	しらす粥	米・しらす
21	金	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー こまつな	りんごのコンポート	りんご	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	りんごのコンポート	りんご 砂糖
22	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ チンゲンサイ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
24	月	祝日＜振替休日＞							
25	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ こまつな	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
26	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん えのき	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん・醤油・砂糖 えのき・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
27	木	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さつまいも ほうれん草	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さつまいも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
28	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ わかめ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	みかん	みかん

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。



