



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 月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも 小松菜	だいこん煮	だいこん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・砂糖・醤油 小松菜	だいこん煮	だいこん 砂糖・醤油
2 火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん わかめ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・砂糖・醤油 わかめ	きなこ粥	米・きなこ
3 水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー ほうれん草	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・砂糖・醤油 ほうれん草	和風粥	米・かつお節
4 木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ 白菜	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・砂糖・醤油 白菜	さつまいも煮	さつまいも 砂糖・醤油
5 金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん にんじん	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・砂糖・醤油 にんじん	うどん	うどん・こまつな
6 土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・砂糖・醤油 たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
8 月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ わかめ	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・砂糖・醤油 わかめ	さといも煮	さといも 砂糖・醤油
9 火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ 小松菜	だいこん煮	だいこん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・砂糖・醤油 小松菜	だいこん煮	だいこん 砂糖・醤油
10 水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ キャベツ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・たまねぎ・砂糖・醤油 キャベツ	和風粥	米・かつお節
11 木	祝日〈建国記念日〉							
12 金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん ほうれん草	磯粥	米・青のり かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・砂糖・醤油 ほうれん草	磯粥	米・青のり かつお節
13 土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ 小松菜	にんじん粥	米・にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ・砂糖・醤油 小松菜	にんじん粥	米・にんじん
15 月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー ほうれん草	じゃがいも煮	じゃがいも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・砂糖・醤油 ほうれん草	じゃがいも煮	じゃが芋 砂糖・醤油

※ 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。





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
16 火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん 玉ねぎ	こまつな粥	米・こまつな かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・砂糖・醤油 玉ねぎ	こまつな粥	米・小松菜 かつお節
17 水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり 白菜	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゅうり・砂糖・醤油 白菜	かぼちゃ煮	かぼちゃ 砂糖・醤油
18 木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも キャベツ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・砂糖・醤油 キャベツ	きなこ粥	米・きなこ
19 金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも わかめ	にんじん粥	米・にんじん かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さつまいも・砂糖・醤油 わかめ	にんじん粥	米・にんじん かつお節
20 土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも 白菜	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも・砂糖・醤油 白菜	うどん	うどん・こまつな 砂糖・醤油
22 月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー にんじん	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・砂糖・醤油 にんじん	磯粥	米・青のり
23 火	祝日 <天皇誕生日>							
24 水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ 玉ねぎ	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・砂糖・醤油 玉ねぎ	にんじん煮	にんじん 砂糖・醤油
25 木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ かぶの葉	こまつな粥	米・小松菜 かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・砂糖・醤油 かぶの葉	こまつな粥	米・小松菜 かつお節
26 金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・キャベツ わかめ	果物	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・キャベツ・砂糖・醤油 わかめ	果物	みかん
27 土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん 白菜	さといも煮	さといも	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・砂糖・醤油 白菜	さといも煮	さといも 砂糖・醤油

※ 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。

