



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	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん チンゲンサイ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	しらす粥	米・しらす
2	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ かぶの葉	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	磯粥	米・青のり
3	金	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも ほうれん草	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
4	土	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・たまねぎ なめこ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・たまねぎ・醤油・砂糖 なめこ・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
6	月	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー こまつな	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	みかん	みかん
7	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり はくさい	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 はくさい・味噌	きなこ粥	米・きなこ
8	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん ほうれん草	りんごのコンポート	りんご	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	りんごのコンポート	りんご 砂糖
9	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・じゃがいも わかめ	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 かれい・じゃがいも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
10	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん えのき	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん・醤油・砂糖 えのき・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
11	土	祝日<建国記念日>							
13	月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ にんじん	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 にんじん・味噌	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
14	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー たまねぎ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	和風粥	米・かつお節
15	水	お粥 煮物 スープ	米 かれい・きゅうり こまつな	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 かれい・きゅうり・醤油・砂糖 こまつな・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク

※ 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	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも ほうれん草	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
17	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも チンゲンサイ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	磯粥	米・青のり
18	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん こまつな	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 こまつな・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
20	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー ほうれん草	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	しらす粥	米・しらす
21	火	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・きゅうり 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 とうふ・きゅうり・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
22	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ にんじん	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 にんじん・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
23	木	祝日＜天皇誕生日＞							
24	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも ほうれん草	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	きなこ粥	米・きなこ
25	土	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん わかめ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・醤油・砂糖 わかめ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
27	月	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
28	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん キャベツ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・にんじん・醤油・砂糖 キャベツ・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。

