



# 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	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ ほうれん草	うどん	うどん・チンゲン菜	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	うどん	うどん・チンゲン菜 醤油・砂糖
2	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも チンゲン菜	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	しらす粥	米・しらす
3	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ しめじ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ・醤油・砂糖 しめじ・味噌	磯粥	米・青のり
5	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・ブロッコリー にんじん	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 にんじん・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
6	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ えのき	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 えのき・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
7	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも わかめ	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	しらす粥	米・しらす
8	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・白菜 チンゲン菜	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・白菜・醤油・砂糖 チンゲン菜・味噌	きなこ粥	米・きなこ
9	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー こまつな	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	みかん	みかん
10	土	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも ほうれん草	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	磯粥	米・青のり
12	月	<b>祝日&lt;振替休日&gt;</b>							
13	火	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ たまねぎ	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 たまねぎ・味噌	さといも煮	さといも 醤油・砂糖
14	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ ほうれん草	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・キャベツ・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	きなこ粥	米・きなこ
15	木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ かぶの葉	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	和風粥	米・かつお節

※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
16	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも 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 ひき肉・さつまいも・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
17	土	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも わかめ	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
19	月	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん たまねぎ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・だいこん・醤油・砂糖 たまねぎ・味噌	磯粥	米・青のり
20	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり みずな	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 みずな・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
21	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー こまつな	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 こまつな・味噌	みかん	みかん
22	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも しめじ	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 しめじ・味噌	パン粥	食パン・粉ミルク
23	金	<b>祝日&lt;天皇誕生日&gt;</b>							
24	土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゃべつ にんじん	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・きゃべつ・醤油・砂糖 にんじん・味噌	きなこ粥	米・きなこ
26	月	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・ブロッコリー ほうれんそう	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・ブロッコリー・醤油・砂糖 ほうれんそう・味噌	しらす粥	米・しらす
27	火	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも キャベツ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	みかん	みかん
28	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー えのき	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 えのき・味噌	和風粥	米・かつお節
29	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ たまねぎ	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 たまねぎ・味噌	さといも煮	さといも 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。



