

2023年 2月献立表 (離乳食)

| 日 曜 | 午前食 | 主な材料 | 午後食 ()内は、主な材料です。 | 日 曜 | 午前食 | 主な材料 | 午後食 ()内は、主な材料です。 |
|------|-------------------------------|--------------------------------------|-----------------------------|------|------------------------------|--------------------------------------|--|
| 1 水 | 軟飯 キャベツの中華煮 ひじきの煮物 | 米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ テンゲン菜 ひじき 人参 椎茸 | しらすごはん (米 しらす) | 15 水 | 軟飯 キャベツの中華煮 ひじきの煮物 | 米 鶏肉 キャベツ 玉ねぎ テンゲン菜 ひじき 人参 椎茸 | そぼろごはん (米 鶏肉) |
| 2 木 | 軟飯 煮魚 大根と大豆の煮物 | 米 白身魚 かぼちゃ 三度豆 大豆 大根 人参 | ふかしいも (さつまいも) | 16 木 | 軟飯 豆腐のあんかけ ブロッコリーの柔らか煮 | 米 豆腐 人参 椎茸 ほうれん草 ブロッコリー | いもようかん (さつまいも 寒天) |
| 3 金 | 軟飯 さつまいものカレー煮 三度豆のおかか和え | 米 鶏肉 さつまいも 人参 三度豆 かつお節 | かぼちゃミルクかん (かぼちゃ 豆乳 寒天) | 17 金 | 軟飯 じゃがいものみそ煮 三度豆のおかか煮 | 米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃがいも 三度豆 かつお節 | トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 玉ねぎ 人参) |
| 4 土 | 軟飯 ツナと野菜のうま煮 小松菜みそ汁 | 米 ツナ 玉ねぎ 椎茸 人参 三度豆 小松菜 えのき | じゃがいものおやき (じゃがいも) | 18 土 | 軟飯 豆腐のそぼろ煮 さつまいもの含め煮 | 米 豆腐 鶏肉 人参 小松菜 さつまいも | のりポテト (じゃがいも 青のり) |
| 6 月 | 軟飯 魚のカレー煮 人参のきんぴら煮 | 米 白身魚 三度豆 しめじ 人参 | さつまいものレモン煮 (さつまいも レモン) | 20 月 | 軟飯 魚のカレー煮 人参のきんぴら煮 | 米 白身魚 三度豆 しめじ 人参 | 米粉のかぼちゃ蒸しパン (米粉のケーキックス かぼちゃ) |
| 7 火 | 軟飯 鶏じゃが ほうれん草の白和え | 米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 豆腐 しめじ | かつおごはん (米 かつお節) | 21 火 | 軟飯 鶏じゃが ほうれん草の白和え | 米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ほうれん草 豆腐 しめじ | ひじきごはん (米 ひじき 人参 鶏肉) |
| 8 水 | 軟飯 高野豆腐の含め煮 テンゲン菜のおかか煮 | 米 高野豆腐 三度豆 人参 テンゲン菜 かつお節 | みかんかん (オレンジ 寒天) | 22 水 | 軟飯 高野豆腐の含め煮 テンゲン菜のおかか煮 | 米 高野豆腐 三度豆 人参 テンゲン菜 かつお節 | 米粉のバナナケーキ (米粉のケーキックス バナナ レーズン) |
| 9 木 | 軟飯 魚の野菜あんかけ じゃがいもスティック | 米 白身魚 テンゲン菜 人参 えのき じゃがいも | ジャムサンド (食パン 苺ジャム) | 24 金 | 軟飯 ツナじゃがカレー風味 かぼちゃの含め煮 | 米 ツナ じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ | マカロニのクリーム煮 (マカロニ 玉ねぎ 鶏肉 人参 粉ミルク) |
| 10 金 | 軟飯 ツナじゃがカレー風味 かぼちゃの含め煮 | 米 ツナ じゃがいも 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ | にゅうめん (そうめん 白菜 椎茸 人参) | 25 土 | 軟飯 ツナと野菜のうま煮 小松菜みそ汁 | 米 ツナ 玉ねぎ 椎茸 人参 三度豆 小松菜 えのき | かぼちゃの茶巾包み (かぼちゃ) |
| 13 月 | 軟飯 魚のみそ煮 白菜の煮びたし | 米 白身魚 キャベツ しめじ 玉ねぎ 白菜 人参 | りんごのコンポート (りんご) | 27 月 | 軟飯 魚のみそ煮 白菜の煮びたし | 米 白身魚 キャベツ しめじ 玉ねぎ 白菜 人参 | 米粉の野菜蒸しパン (米粉のケーキックス 人参 ブロッコリー) |
| 14 火 | 軟飯 クリームシチュー 人参の甘煮 | 米 鶏肉 玉ねぎ じゃがいも 粉ミルク グリンピース 人参 | スイートポテト (さつまいも) | 28 火 | 軟飯 クリームシチュー 人参の甘煮 | 米 鶏肉 玉ねぎ じゃがいも 粉ミルク グリンピース 人参 | さつまいものきなこ和え (さつまいも きなこ) |

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。

前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。

★中期食から、午後食を提供しています。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。