



2月の離乳食献立表（初期～中期）



実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1月	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米。じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚挽き肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか ミルクあべかわ	米。豚挽き肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 砂糖 醤油 だし汁。じゃがいも 人参 たまねぎ みそ だし汁。/育児用ミルク 片栗粉 きな粉 砂糖。
2火	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米。豆腐 人参 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ（具入り） 煮魚 みそ汁	調乳 ☆鬼まんじゅう	米 大豆水煮 ひじき缶 人参 醤油 出し汁。 白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 じゃがいも 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。/ ホットケーキミックス 砂糖 さつまいも。
3水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし そうめんのくたくた煮	米。豆腐 人参 だし汁。 そうめん 玉ねぎ 小松菜 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豆腐の豚挽き肉 のくす煮 そうめんのすまし汁 デザート（みかん）	調乳 ☆やわらか みたらし団子	米。豚挽き肉 豆腐 人参 チンゲン菜 干しいたけ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 みかん。/ 絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。
4木	すりつぶしがゆ 野菜のすりつぶし 野菜のミルク煮	米。キャベツ 人参 だし汁。じゃが芋 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 スープ	調乳 バナナ せんべい	米。豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁。 ワンタンの皮 人参 キャベツ しめじ 醤油 だし汁。/ バナナ。
5金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のミルク煮	米。白身魚 人参 だし汁。ブロッコリー 人参 大根 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜の煮物 けんちん汁	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。白身魚 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。鶏肉 豆腐 人参 大根 醤油 だし汁 代替) 豚肉。/ 型抜きチーズ。
6土	うどんのくたくた煮 みかんすりつぶし	うどん キャベツ 人参 鮭缶 だし汁。 みかん。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん キウイ	調乳 ふかしいも せんべい	うどん 豚肉 キャベツ 人参 コーン 生しいたけ 玉ねぎ わかめ 醤油 だし汁。 キウイ。/さつまいも。
8月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。大根 きゅうり 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ シチュー風 煮びたし ミニゼリー	調乳 キウイ せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース 育児用ミルク 代替) 豚肉。 大根 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。/キウイ。
9火	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	ロールパン 野菜スープ。 鮭缶 人参 玉ねぎ だし汁。じゃがいも 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 卵黄とじ ミルクスープ デ) りんご	調乳 ☆あんかけ きざみうどん	ロールパン 野菜スープ。卵黄 豚ひき肉 たら 人参 玉ねぎ しめじ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉・コーン。じゃがいも コーン缶 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。りんご。 /うどん 豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 醤油 だし汁 片栗粉。
10水	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。キャベツ 玉ねぎ じゃがいも だし汁。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	調乳 りんご ビスケット	米。白身魚 キャベツ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 人参 わかめ 玉ねぎ みそ 出し汁 代替) 豚肉。/ りんご。
12金	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃが芋 ブロッコリー 育児用ミルク。大根 人参 玉ねぎ 出し汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉団子あんかけ みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ (バナナ入り)	米。牛挽き肉 豚挽き肉 ブロッコリー 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク 醤油 砂糖 片栗粉 出し汁。大根 人参 玉ねぎ みそ 出し汁。/ ホットケーキミックス バナナ 育児用ミルク。
13土	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。人参 玉ねぎ だし汁。じゃがいも 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	人参かゆ みそ汁	調乳 ゼリー せんべい	米 人参 醤油 出し昆布。豚肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ みそ 出し汁。
15月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。さつまいも 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 野菜と大豆の煮物 みそ汁 焼きのり	調乳 ☆やわらか ホットケーキ (りんご入り)	米。大豆水煮 鶏肉 人参 三度豆 ひじき缶 砂糖 醤油 だし汁。 さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。焼きのり/ ホットケーキミックス 育児用ミルク りんご。
16火	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク。 人参 玉ねぎ だし汁。 小松菜 じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ 卵黄とじ ミルクスープ	調乳 ☆ミルクゼリー せんべい	食パン 育児用ミルク。卵黄 たら 豚挽き肉 牛挽き肉 人参 玉ねぎ しいたけ 醤油 だし汁 代替) コーン。小松菜 玉ねぎ じゃがいも 人参 コーン 育児用ミルク。 / 育児用ミルク ゼラチン。
17水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のくたくた煮	米。豆腐 人参 だし汁。 チンゲンサイ じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆フルーツ 盛り合わせ せんべい	米。豚肉 三度豆 人参 砂糖 醤油 だし汁。 豆腐 わかめ 人参 チンゲンサイ みそ だし汁。/ キウイ りんご。
18木	パンがゆ 白身魚のすり流し 野菜のミルク煮	コッペパン 野菜スープ。 白身魚 人参 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 白身魚と 野菜のミルク煮 煮込みマカロニ デ) バナナ	調乳 ポーロ せんべい	コッペパン 野菜スープ。白身魚 じゃがいも 玉ねぎ 人参 育児用ミルク だし汁 代替) 豚肉。マカロニ 人参 きゅうり 醤油 だし汁。 バナナ。
19金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 人参 だし汁。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ミニゼリー せんべい	米。白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。
20土	スパゲティの くたくた煮 りんごすりおろし	スパゲティ 人参 玉ねぎ だし汁。りんご。	調乳	調乳 せんべい	スープスパゲティ りんご	調乳 ふかしおじゃが せんべい	スパゲティ 豚挽き肉 人参 しめじ 玉ねぎ 醤油 だし汁。りんご。/じゃが芋。
22月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。鮭缶 玉ねぎ 人参 だし汁。人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉とひじきの煮物 みそ汁 デ) みかん	調乳 棒チーズ せんべい	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。大根 玉ねぎ 人参 しめじ みそ だし汁。みかん。/ 棒チーズ。
24水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。じゃがいも 玉ねぎ だし汁。大根 人参 だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 りんご せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 大根 きゅうり しらす干し 砂糖 醤油 だし汁。/ ヨーグルト。/ りんご。
25木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。白身魚 玉ねぎ 人参 だし汁。じゃが芋 チンゲン菜 人参 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚のケチャップ煮 かきたま汁	調乳 バナナ せんべい	米。白身魚 玉ねぎ 人参 片栗粉 ケチャップ。 卵黄 豆腐 チンゲン菜 人参 醤油 だし汁 片栗粉 代替) 豚肉。 /バナナ。
26金	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。鮭缶 キャベツ 人参 だし汁。玉ねぎ 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	調乳 キウイ せんべい	米。鶏肉 キャベツ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉。玉ねぎ 人参 レタス 醤油 だし汁。/キウイ。
27土	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。はくさい 人参 だし汁。大根 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜 わかめスープ	調乳 ゼリー せんべい	米。豚肉 はくさい 人参 たまねぎ 三度豆 片栗粉 醤油 だし汁。大根 人参 玉ねぎ わかめ チンゲンサイ 醤油 だし汁。

☆印は手作りおやつです。