

離乳食献立表

2025年2月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 土	昼食	おかゆ 鶏とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ 木綿豆腐	ブロッコリー、にんじん だいこん、たまねぎ	だし汁、しょうゆ だし汁
3 月	昼食	おかゆ 鶏の照り煮 ほうれん草のお浸し 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ 木綿豆腐	にんじん ほうれん草 たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
4 火	昼食	おかゆ たいの蒸し物 ブロッコリーの和え物 大根のすまし汁 フルーツ	米	たい	ブロッコリー、にんじん だいこん、たまねぎ オレンジ	しょうゆ だし汁、しょうゆ
5 水	昼食	おかゆ 鶏のだし煮 ブロッコリーのソテー かぼちゃスープ フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー、キャベツ たまねぎ、かぼちゃ バナナ	しょうゆ、だし汁 だし汁
6 木	昼食	おかゆ たいの塩焼き キャベツの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐	キャベツ、にんじん たまねぎ オレンジ	塩 しょうゆ だし汁、しょうゆ
7 金	昼食	おかゆ たいのオニオンソース 小松菜の和え物 大根のスープ フルーツ	米	たい	たまねぎ キャベツ、こまつな たまねぎ、にんじん バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ
8 土	昼食	おかゆ さつま芋と鶏肉の旨煮 ほうれん草のおかか和え キャベツのスープ フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ 糸かつお	ほうれん草、にんじん キャベツ、にんじん	だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ
10 月	昼食	おかゆ たいの照り焼き マッシュパンブキン 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐、みそ	こまつな かぼちゃ にんじん、たまねぎ オレンジ	しょうゆ だし汁
12 水	昼食	おかゆ 鶏のつけ焼き ブロッコリーのサラダ じゃが芋のスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	ブロッコリー、にんじん たまねぎ オレンジ	しょうゆ しょうゆ だし汁
13 木	昼食	おかゆ 鯛のみぞれ煮 かぼちゃサラダ ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	だいこん かぼちゃ、にんじん たまねぎ、ほうれん草 バナナ	しょうゆ だし汁
14 金	昼食	おかゆ 鯛のつけ焼き さつま芋の甘煮 小松菜のスープ フルーツ	米 さつまいも	たい	にんじん たまねぎ、こまつな バナナ	しょうゆ だし汁 だし汁
15 土	昼食	おかゆ 鶏団子の煮物 キャベツのサラダ かぼちゃのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー キャベツ、たまねぎ たまねぎ、かぼちゃ	だし汁、しょうゆ だし汁
17 月	昼食	おかゆ 鯛のつけ焼き 人参の煮物 小松菜の味噌汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐、みそ	にんじん こまつな、たまねぎ バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ だし汁
18 火	昼食	おかゆ 鶏肉のポトフ マッシュポテト フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー オレンジ	だし汁、しょうゆ
19 水	昼食	おかゆ 鶏肉の照り煮 キャベツのサラダ 玉ねぎのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	ブロッコリー キャベツ、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、しょうゆ

20 木	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き かぼちゃの煮付 ほうれん草の味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	かぼちゃ、にんじん たまねぎ、ほうれん草 オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ だし汁
21 金	昼食	おかゆ 鯛の照り焼き さっぱりポテトサラダ ポパイスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	にんじん、たまねぎ たまねぎ、ほうれん草 バナナ	しょうゆ しょうゆ だし汁
22 土	昼食	おかゆ 鶏じゃが ほうれん草のお浸し フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	ほうれん草、にんじん	だし汁、しょうゆ しょうゆ
25 火	昼食	おかゆ 鶏の蒸し物 じゃが芋の煮物 キャベツのスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん キャベツ、ブロッコリー バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
26 水	昼食	おかゆ チキンハンバーグ さつまいものマッシュ 小松菜のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん たまねぎ、こまつな バナナ	しょうゆ だし汁、しょうゆ
27 木	昼食	おかゆ 鯛の甘辛焼き キャベツのチャンプルー 白菜の味噌汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐 みそ	キャベツ、にんじん ほうれん草、はくさい オレンジ	しょうゆ しょうゆ だし汁
28 金	昼食	おかゆ 鯛と大根の煮物 ブロッコリーの和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐	だいこん ブロッコリー、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁、しょうゆ

☆献立は変更になる場合があります。月齢により、食材、形状を個別に対応しています。

