

令和6年 2月 離乳食献立表（午前食）

本郷ゆうし保育園

| 日 | 曜 | 9～11ヶ月頃 （後期） | 12～15ヶ月頃 （完了期） | 16ヶ月頃～ （乳児食） |
|--|--------|--|---|--|
| 1 15 | 木 | かたがゆ あさつきのスープ 豚肉と人参の煮物 さつまいもの煮物 | 軟飯 あさつきのスープ 豚肉と人参の煮物 さつまいもの煮物 | ごはん えのきとコーンのスープ 豚肉と春雨の炒め物 蒸かし芋 果物 |
| 2 16 | 金 | かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 しらすとブロッコリーの煮物 キャベツの煮物 | 軟飯 玉ねぎのみそ汁 しらすとブロッコリーの煮物 キャベツの煮物 | 2日：節分ごはん 厚揚げと玉ねぎのみそ汁 鶏肉の磯辺揚げ キャベツとりんごのサラダ 16日：ふりかけごはん 厚揚げと玉ねぎのみそ汁 ちくわの磯辺揚げ キャベツとりんごのサラダ |
| 3 17 | 土 | かたがゆ キャベツのスープ 白身魚とほうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 | 軟飯 キャベツのスープ 白身魚とほうれん草の煮物 かぼちゃの煮物 | 三色どんぶり キャベツともやしのスープ かぼちゃのカレー煮 |
| 5 19 | 月 | かたがゆ 大根のすまし汁 豆腐とねぎの煮物 白菜のおかか煮 | 軟飯 大根のすまし汁 豆腐とねぎの煮物 白菜のおかか煮 | ごはん とろろ昆布とあさつきのすまし汁 肉豆腐 白菜のゆかり和え 果物 |
| 6 20 | 火 | かたがゆ 裏ごしクリームコンスープ 鮭と里芋の煮物 カリフラワーと人参の煮物 | 軟飯 裏ごしクリームコンスープ 鮭と里芋の煮物 カリフラワーと人参の煮物 | ごはん クリームコンスープ かじきまくろのオリーブ焼き いんげんとじゃが芋のソテー 果物 |
| 7 21 | 水 | かたがゆ あさつきのみそ汁 ひきわり納豆と人参の煮物 大根の煮物 | 軟飯 あさつきのみそ汁 ひきわり納豆と人参の煮物 大根の煮物 | 納豆ごはん なめこ汁 がんもと野菜の煮物 果物 |
| 8 22 | 木 | かたがゆ 青菜のみそ汁 豚肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 | 軟飯 青菜のみそ汁 やわらかハンバーグ（玉ねぎ） 人参ときゅうりのサラダ | 黒米ごはん 豆腐と小松菜のみそ汁 れんこんハンバーグ 冬のココロサラダ |
| 9 29 | 金 木 | かたがゆ キャベツのスープ 鮭と玉ねぎの煮物 ブロッコリーの煮物 | 軟飯 キャベツのスープ 鮭と玉ねぎの煮物 ブロッコリーの煮物 | ごはん ボルシチ風スープ さわらのマヨネーズ焼き 温野菜（人参 ブロッコリー） 果物 |
| 10 24 | 土 | かたがゆ キャベツのスープ ツナとじゃが芋の煮物 人参の煮物 | 軟飯 キャベツのスープ ツナとじゃが芋の煮物 人参の煮物 | ナポリタンスパゲティ キャベツとコーンのスープ ポテトサラダ |
| 26 | 月 | かたがゆ 大根のすまし汁 豚肉とねぎの煮物 キャベツの煮物 | 軟飯 大根のすまし汁 豚肉とねぎの煮物 キャベツの煮物 | ごはん 大根と水菜のすまし汁 豚肉の燻焼き キャベツのみそマヨネーズ和え 果物 |
| 13 27 | 火 | かたがゆ かぶのみそ汁 鮭の煮物 里芋の煮物 | 軟飯 かぶのみそ汁 鮭の塩焼き 里芋の煮物 | ごはん かぶと油揚げのみそ汁 鮭の塩焼き 五目煮豆 果物 |
| 14 28 | 水 | かたがゆ 白菜のスープ 鶏肉とさつまいもの煮物 ブロッコリーとカリフラワーの和え物 | 豆乳カレーライス （鶏肉 玉ねぎ さつまいも） 白菜のスープ ブロッコリーとカリフラワーのサラダ | 根菜カレーライス 白菜とベーコンのスープ マカロニサラダ |
| 盛付け量の 目安 | | 主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3 | 主食 大さじ4 汁物 7 おかず 3 おかず 3 | 主食 1杯 汁物 120cc おかず 30g位 おかず 30g位 |
| <p>☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。</p> <p>☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。</p> <p>☆16ヶ月から提供するパン・麺・マカロニ・粉菓子類は、米粉を使用しています。</p> | | | | |