

2018年度



2月 離乳食献立表 同胞こども園



日	曜	5・6か月ごろ	7・8か月ごろ	9～11か月ごろ	使用食材	おやつ	
1	金	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	白身魚のあんかけ 具沢山汁	白身魚と野菜の煮物 大豆入りひじき煮	白身魚 大豆 人参 玉葱 小松菜 (みそ ひじき)	バナナ おかし	
2	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 人参 ニラ もやし	おかし	
4	月	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物	鶏肉と野菜の煮物 キャベツの和え物	鶏肉 玉葱 人参 キャベツ (みそ)	おかし	
5	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 ポテトサラダ	鶏肉 じゃがいも 胡瓜 人参 玉葱 (マヨドレ)	おかし	
6	水	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	まぜごはん 野菜の和え物	まぜごはん ジャコサラダ	鶏肉 玉葱 人参 ピーマン レタス 胡瓜 トマト (ジャコ)	シュガートースト	
7	木	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	大豆と野菜の煮物 野菜の和え物	大豆のミートソース煮 野菜の和え物	鶏肉 大豆 玉葱 人参 キャベツ 胡瓜 (ケチャップ)	おかし	
8	金	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏肉 ほうれん草 大根 人参 わかめ ねぎ	りんご おかし	
9	土	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	ごはん 具沢山汁	ごはん 具沢山汁	鶏肉 人参 大根 玉葱 ねぎ (みそ)	おかし	
11	月	建国記念の日					
12	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	パン粥 野菜の和え物 マカロニ入りスープ	食パン サラダ マカロニ入りスープ	鶏肉 マカロニ じゃがいも 玉葱 人参 胡瓜 キャベツ (マヨドレ)	ゆかりごはん	
13	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 鶏肝臓 豆腐 さといも 人参 大根 ねぎ	おかし	
14	木	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	白身魚のあんかけ 清汁	白身魚の煮付け 清汁	白身魚 キャベツ 玉葱 豆苗 ねぎ	ホットケーキ	
15	金	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	あんかけごはん 胡瓜の和え物	あんかけごはん 胡瓜の和え物	鶏肉 人参 白菜 胡瓜	バナナとりんご煮 おかし	
16	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りごはん	具入りごはん	鶏肉 人参 白菜 ニラ 玉葱 もやし	おかし	
18	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	白身魚のあんかけ 清汁	白身魚の煮付け みそスープ	白身魚 さつまいも 人参 玉葱 (牛乳 みそ)	ホットケーキ	
19	火	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	スパゲティ煮 野菜の和え物	スパゲティ煮 ココロサラダ	鶏肉 玉葱 ほうれん草 胡瓜 カリフラワー 人参 (マヨドレ)	わかめごはん	
20	水	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	肉じゃが 即席漬け風	肉じゃが 即席漬け風	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 胡瓜 大根 キャベツ	おかし	
21	木	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	具沢山汁 彩り納豆和え	具沢山汁 彩り納豆和え	鶏肉 豆腐 納豆 さといも 大根 人参 小松菜 ねぎ (みそ)	マヨドレトースト	
22	金	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	マーボー丼風 もやしの和え物	マーボー丼風 もやしの和え物	鶏肉 豆腐 玉葱 人参 もやし	おかし	
23	土	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	あんかけごはん	あんかけごはん	鶏肉 玉葱 ねぎ	おかし	
25	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	具入りごはん 清汁	具入りごはん みそ汁	鶏肉 玉葱 じゃがいも ねぎ わかめ (みそ)	オレンジ おかし	
26	火	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	白身魚と野菜の煮物 ほうれん草の和え物	白身魚と野菜の煮物 ほうれん草の和え物	白身魚 人参 大根 ねぎ わかめ ほうれん草 (みそ)	きな粉トースト	
27	水	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉 じゃがいも 人参 キャベツ 玉葱	おかし	
28	木	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	筑前煮風 白菜の和え物	筑前煮風 白菜の和え物	鶏肉 人参 大根 いんげん 白菜	お好み焼き風	

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。

()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。



