# 2月

| 離乳食 | 曜日 | 後期（9～11ヶ月）昼 | 後期（9～11ヶ月）使用食材一覧 | 中期（7～8ヶ月）昼 | 中期（7～8ヶ月）使用食材一覧 | 初期（5～6ヶ月）昼 | 初期（5～6ヶ月）使用食材一覧 |
|---|---|---|---|---|---|---|---|
| 1 | 火 | かゆ<br>豚肉と野菜のやわらか煮<br>キャベツときゅうりのサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・きゅうり・ソーメン・ワカメ | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>キャベツときゅうりのサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・きゅうり・ソーメン・ワカメ | かゆペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>キャベツペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ |
| 2 | 水 | かゆ<br>豆腐と鶏肉のとろとろ煮<br>白菜の玉子とじ煮<br>スープ | おかゆ・豆腐・鶏肉・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・玉子・なす・玉ねぎ・水 | かゆ<br>豆腐と鶏肉のとろとろ煮<br>白菜の玉子とじ煮<br>スープ | おかゆ・豆腐・鶏肉・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白菜・人参・玉子・なす・玉ねぎ・水 | かゆペースト<br>豆腐ペースト<br>白菜・人参ペースト<br>玉ねぎペースト | おかゆ・豆腐・白菜・人参・玉ねぎ |
| 3 | 木 | かゆ<br>豚肉と野菜のやわらか煮<br>小松菜サラダ | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・かぶ・人参・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・きゅうり・ワカメ | かゆ<br>鶏肉と野菜のやわらか煮<br>小松菜サラダ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぶ・人参・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・きゅうり・ワカメ | かゆペースト<br>玉ねぎ・かぶ・人参ペースト<br>小松菜・ブロッコリーペースト | おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参・小松菜・ブロッコリー |
| 4 | 金 | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>おふの玉子とじ<br>フルーツ（バナナ） | おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・焼ふ・玉ねぎ・人参・玉子・砂糖・醤油・バナナ | かゆ<br>助宗タラとかぼちゃのほくほく煮<br>おふの玉子とじ<br>フルーツ（バナナ） | おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・焼ふ・玉ねぎ・人参・玉子・砂糖・醤油・バナナ | かゆペースト<br>助宗タラ・かぼちゃペースト<br>玉ねぎ・人参ペースト<br>バナナペースト | おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・バナナ |
| 5 | 土 | 土曜日メニュー | | | | | |
| 6 | 日 | 保育園お休み | | | | | |
| 7 | 月 | かゆ<br>豚肉と野菜のミルク煮<br>大根と玉子のサラダ<br>フルーツ（りんご） | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・大根・きゅうり・玉子・りんご | かゆ<br>鶏肉と野菜のミルク煮<br>大根と玉子のサラダ<br>フルーツ（りんご） | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・大根・きゅうり・玉子・りんご | かゆペースト<br>玉ねぎ・じゃが芋・人参ペースト<br>大根ペースト<br>りんごペースト | おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・人参・大根・りんご |
| 8 | 火 | かゆ<br>鮭とほうれん草のミルク煮<br>鶏肉と白菜のサラダ<br>みそ汁・フルーツ（いよかん） | おかゆ・鮭・ほうれん草・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・鶏肉・白菜・人参・豆腐・ワカメ・出し汁・味噌・いよかん | かゆ<br>鮭とほうれん草のミルク煮<br>鶏肉と白菜のサラダ<br>みそ汁・フルーツ（いよかん） | おかゆ・鮭・ほうれん草・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・鶏肉・白菜・人参・豆腐・ワカメ・出し汁・味噌・いよかん | かゆペースト<br>ほうれん草・玉ねぎペースト<br>白菜・人参ペースト<br>豆腐ペースト・フルーツ（いよかん） | おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐・いよかん |
| 9 | 水 | かゆ<br>助宗タラと野菜のだし煮<br>人参とれんこんのやわらか煮<br>みそ汁・フルーツ（バナナ） | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・コーン・ピーマン・出し汁・人参・れんこん・大根・しめじ・味噌・バナナ | かゆ<br>助宗タラと野菜のだし煮<br>人参のやわらか煮<br>みそ汁・フルーツ（バナナ） | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・コーン・ピーマン・出し汁・人参・大根・味噌・バナナ | かゆペースト<br>助宗タラ・玉ねぎ・コーンペースト<br>人参ペースト<br>大根ペースト・バナナペースト | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・コーン・人参・大根・バナナ |
| 10 | 木 | かゆ<br>白糸タラのだし煮<br>キャベツのサラダ<br>みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・キャベツ・玉子・花ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | かゆ<br>白糸タラのだし煮<br>キャベツのサラダ<br>みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・キャベツ・玉子・花ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | かゆペースト<br>白糸タラ・人参ペースト<br>キャベツペースト<br>ヨーグルト | おかゆ・シロイトタラ・人参・キャベツ・ヨーグルト |
| 11 | 金 | 建国記念の日 | | | | | |
| 12 | 土 | 土曜日メニュー | | | | | |
| 13 | 日 | 保育園お休み | | | | | |
| 14 | 月 | かゆ<br>豚肉のやわらか煮<br>ブロッコリーと人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・インゲン | かゆ<br>鶏肉のやわらか煮<br>ブロッコリーと人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・インゲン | かゆペースト<br>玉ねぎ・インゲンペースト<br>ブロッコリー・人参ペースト | おかゆ・玉ねぎ・インゲン・ブロッコリー・人参 |
| 15 | 火 | かゆ<br>白糸タラと人参のだし煮<br>ささみの玉子とじ<br>みそ汁・フルーツ（いよかん） | おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・玉子・砂糖・醤油・さつま芋・花ふ・味噌・いよか | かゆ<br>白糸タラと人参のだし煮<br>ささみの玉子とじ<br>みそ汁・フルーツ（いよかん） | おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・玉子・砂糖・醤油・さつま芋・花ふ・味噌・いよか | かゆペースト<br>白糸タラ・人参ペースト<br>玉ねぎ・ほうれん草ペースト<br>さつま芋ペースト・フルーツ（いよかん） | おかゆ・シロイトタラ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・さつま芋・いよかん |
| 16 | 水 | かゆ<br>豚肉とじゃが芋のほくほく煮<br>大根のサラダ<br>みそ汁 | おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・コーン・もやし・味噌 | かゆ<br>鶏肉とじゃが芋のほくほく煮<br>大根のサラダ | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・コーン | かゆペースト<br>じゃが芋・玉ねぎ・人参ペースト<br>大根・コーンペースト | おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大根・コーン |
| 17 | 木 | かゆ<br>鮭と玉ねぎのだし煮<br>鶏肉とキャベツのくたくた煮<br>ヨーグルト | おかゆ・鮭・玉ねぎ・出し汁・鶏肉・キャベツ・人参・砂糖・醤油・ヨーグルト | かゆ<br>鮭と玉ねぎのだし煮<br>鶏肉とキャベツのくたくた煮<br>ヨーグルト | おかゆ・鮭・玉ねぎ・出し汁・鶏肉・キャベツ・人参・砂糖・醤油・ヨーグルト | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>キャベツ・人参ペースト<br>ヨーグルト | おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・ヨーグルト |
| 18 | 金 | かゆ<br>豚肉と玉ねぎのみそ煮<br>白菜と人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・パプリカ赤・出し汁・味噌・白菜・人参・もやし・豆腐・醤油 | かゆ<br>鶏肉と玉ねぎのみそ煮<br>白菜と人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・パプリカ赤・出し汁・味噌・白菜・人参・豆腐・醤油 | かゆペースト<br>玉ねぎペースト<br>白菜・人参ペースト<br>豆腐ペースト | おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐 |
| 19 | 土 | 土曜日メニュー | | | | | |
| 20 | 日 | 保育園お休み | | | | | |
| 21 | 月 | 人参かゆ<br>白糸タラと小松菜のみそ煮<br>鶏肉と玉ねぎのやわらか煮<br>すまし汁・フルーツ（オレンジ） | おかゆ・人参・シロイトタラ・小松菜・出し汁・味噌・鶏肉・玉ねぎ・インゲン・砂糖・醤油・かぼちゃ・花ふ・オレンジ | 人参かゆ<br>白糸タラと小松菜のみそ煮<br>鶏肉と玉ねぎのやわらか煮<br>すまし汁・フルーツ（オレンジ） | おかゆ・人参・シロイトタラ・小松菜・出し汁・味噌・鶏肉・玉ねぎ・インゲン・砂糖・醤油・かぼちゃ・花ふ・オレンジ | 人参かゆペースト<br>白糸タラ・小松菜ペースト<br>玉ねぎ・インゲンペースト<br>かぼちゃペースト・フルーツ（オレンジ） | おかゆ・人参・シロイトタラ・小松菜・玉ねぎ・インゲン・かぼちゃ・オレンジ |
| 22 | 火 | かゆ<br>さつま芋のトマト煮<br>豚肉とチンゲン菜のくたくた煮<br>みそ汁 | おかゆ・さつま芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・豚肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・味噌 | かゆ<br>さつま芋のトマト煮<br>鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮<br>みそ汁 | おかゆ・さつま芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・味噌 | かゆペースト<br>さつま芋・玉ねぎ・トマトペースト<br>チンゲン菜・人参ペースト<br>キャベツペースト | おかゆ・さつま芋・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参・キャベツ |
| 23 | 水 | 天皇誕生日 | | | | | |
| 24 | 木 | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>さつま芋のだし煮<br>みそ汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・かぶ・味噌 | かゆ<br>鶏肉と白菜のくたくた煮<br>さつま芋のだし煮<br>みそ汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・かぶ・味噌 | かゆペースト<br>白菜・人参ペースト<br>さつま芋ペースト<br>玉ねぎ・かぶペースト | おかゆ・白菜・人参・さつま芋・玉ねぎ・かぶ |
| 25 | 金 | かゆ<br>豚肉とかぼちゃのミルク煮<br>トマトのサラダ<br>みそ汁 | おかゆ・豚肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・牛乳・水・精製塩・トマト・きゅうり・ワカメ・豆腐・出し汁・味噌 | かゆ<br>鶏肉とかぼちゃのミルク煮<br>トマトのサラダ<br>みそ汁 | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・牛乳・水・精製塩・トマト・きゅうり・ワカメ・豆腐・出し汁・味噌 | かゆ<br>かぼちゃ・玉ねぎ・人参ペースト<br>トマトペースト<br>豆腐ペースト | おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・人参・トマト・豆腐 |
| 26 | 土 | 土曜日メニュー | | | | | |
| 27 | 日 | 保育園お休み | | | | | |
| 28 | 月 | かゆ<br>豚肉のやわらか煮<br>ブロッコリーと人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・インゲン | かゆ<br>鶏肉のやわらか煮<br>ブロッコリーと人参のサラダ<br>すまし汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・インゲン | かゆペースト<br>玉ねぎ・インゲンペースト<br>ブロッコリー・人参ペースト | おかゆ・玉ねぎ・インゲン・ブロッコリー・人参 |

※離乳食では、小麦粉・卵を園で除去しています