



令和2年

2月



予定献立表



可愛保育園

日清医療食品(株)

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1日	土	中華丼 春雨のごまあえ 豆腐と青菜 スープ 杏仁フルーツ	豚肩ロース 鶏ささみ 木綿豆腐 牛乳	米 油 春雨 砂糖 ごま ごま油	白菜 人参 チンゲン菜 しいたけ レタス パプリカ ほうれん草 果物	牛乳 カスタードケーキ	
3日	月	節分ご飯 ミートローフ キャベツの あえ物 けんちん汁 果物	ツナ 大豆 ひじき 牛豚ミンチ 木綿豆腐 卵 ちくわ 生クリーム 牛乳	米 押麦 ごま 油 パン粉 砂糖 パター 小麦粉	人参 枝豆 玉ねぎ ビーマン キャベツ きゅうり 大根 じゃが芋 島人参 しいたけ 大根葉 果物	牛乳 鬼さんマフィン	
4日	火	あわご飯 さばの蒲焼き風 キュウリのおかか和え ジャーマンポテト 青菜のみそ汁 果物	さば 糸削り ウインナー 卵 牛乳	米 もちきび 油 砂糖 パター ホットケーキ ミックス	きゅうり じゃが芋 玉ねぎ パプリカ ほうれん草 えのき 果物	牛乳 マーブルケーキ	
5日	水	麦ご飯 油淋鶏 ひじきの五目煮 冬瓜としめじのみそ汁 果物	鶏もも ひじき きざみ 揚げ きな粉 卵 豆乳	米 押麦 油 ごま 砂糖 ホットケーキミックス パター	長葱 ねぎ パプリカ 人参 ごぼう グリンピース 冬瓜 しめじ 大根葉 果物	豆乳ココア きなこサブレ	
6日	木	チキンカレー 野菜サラダ チーズ かきたま汁 果物	鶏もも チーズ 卵 ツナ	米 押麦 油 小麦粉 とうもろこし	人参 玉ねぎ じゃが芋 なす セロリ グリンピース レタス ブロッコリー パプリカ えのき 小松菜 キャベツ なら 果物	麦茶 そうめんちゃんぶるー	
7日	金	玄米ご飯 さばのみそ焼き いんげんごまあえ 筑前煮 もずくすまし汁 果物	さば 鶏もも もずく 絹ごし豆腐 クリーム チーズ 卵 牛乳	米 玄米 砂糖 油 ごま 小麦粉 ホットケーキミックス	いんげん ごぼう 大根 たけのこ 人参 しいたけ きぬさや ねぎ 果物	牛乳 チーズ蒸しパン	
8日	土	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ブロッコリー クープイリチー キャベツのみそ汁 果物	鶏もも きざみ昆布 糸こんにゃく 豚肩ロース 厚揚げ 牛乳	米 押麦 砂糖 マヨネーズ 油	ブロッコリー 人参 キャベツ 果物	牛乳 ココアの実	
10日	月	スパゲティナポリタン ブロッコリーのこま和え 白菜のコンソメスープ 果物	ウインナー 鶏ささ身 ベーコン 鮭	スパゲティ パター 砂糖 ごま 米 押麦 油	玉ねぎ ビーマン ブロッコリー カリフラワー スイートコーン 白菜 人参 大根葉 果物	麦茶 しゃけと青菜のおにぎり	
11日	火	建国記念の日					
12日	水	お弁当会					麦茶 沖縄ぜんざい ソフトサラダ
13日	木	青菜ご飯 クリームシチュー ぎせい豆腐 白菜和え物 果物	鶏もも 木綿豆腐 ツナ 卵 糸削り 牛乳	米 ごま パター 砂糖 油 ちんびんミックス	からし菜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 セロリ マッシュルーム ブロッコリー キャベツ パプリカ しいたけ 白菜 きゅうり 果物	牛乳 ちんびん	
14日	金	麦ご飯 麻婆豆腐 キャベツのツナあえ もずくのスープ 果物	木綿豆腐 豚ミンチ ウインナー もずく 卵 牛乳	米 押麦 ごま油 砂糖 小麦粉 油	しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ なら キャベツ パプリカ 長葱 果物	牛乳 フルーツカステラ	
15日	土	五目チャーハン ポイルウインナー ナムル 中華スープ 果物	鶏もも ウインナー しらす 牛乳	米 油 砂糖 ごま ごま油	人参 玉ねぎ ビーマン しいたけ 大根 もやし 小松菜 パプリカ 白菜 スイートコーン 果物		
17日	月	あわご飯 レバーフライ・甘ダレ 漬け 南瓜の煮物 切干大根のごま和え 青菜のみそ汁 果物	豚レバー 卵 ちくわ 牛乳	米 もちきび 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ごま パター	かぼちゃ 切干大根 パプリカ きゅうり えのき ほうれん草 果物	牛乳 ココアクッキー	
18日	火	麦ご飯 鮭ハンバーグ・照り焼きソース ブロッコリー 青菜と糸こんにゃくソテー ゆし豆腐 果物	車麩 豚ミンチ 卵 糸こんにゃく ちくわ ゆし豆腐 ウインナー 牛乳	米 押麦 片栗粉 砂糖 コッパパン マヨネーズ 油	玉ねぎ 人参 しいたけ ブロッコリー 小松菜 ねぎ キャベツ 果物	牛乳 ホットドッグ	
19日	水	玄米ご飯 マカロニグラタン ごぼうサラダ トマトと卵のスープ 果物	鶏むね 生クリーム チーズ ツナ ひじき 卵 牛乳	米 玄米 マカロニ パター ごま マヨネーズ 砂糖 さつま芋 油	人参 玉ねぎ グリンピース マッシュルーム ごぼう きゅうり パプリカ トマト キャベツ 果物	牛乳 大学芋	
20日	木	沖縄そば 青菜の白和え さつま芋のごまあえ 果物	豚バラ かまぼこ 木綿豆腐 ツナ ハム	沖縄そば 砂糖 ごま さつま芋 米 押麦 パター 油	ねぎ ほうれん草 スイートコーン 果物	麦茶 コーンおにぎり	
21日	金	麦ご飯 さんまのカレー揚げ 大根の梅和え からし菜ちゃんぶるー じゃが芋のみそ汁 果物	さんま 木綿豆腐 わかめ 豚肩ロース 豆乳	米 押麦 砂糖 油 小麦粉 ラード ごま	大根 人参 からし菜 じゃが芋 玉ねぎ 果物	豆乳ココア ごまちゃんすこう	
22日	土	ハヤシライス 白菜のツナあえ チーズ コンソメスープ 果物	牛もも 豚レバー ツナ チーズ 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 砂糖	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリンピース 白菜 パプリカ 小松菜 えのき 果物	牛乳 シフォンケーキ	
24日	月	天皇誕生日（振替休日）					
25日	火	麦ご飯 魚の甘酢あんかけ 切干大根煮 キャベツのみそ汁 果物	たら きざみ揚げ 豚肩ロース ツナ 牛乳	米 押麦 片栗粉 砂糖 食パン マヨネーズ	玉ねぎ パプリカ えのき グリンピース 切干大根 人参 しいたけ キャベツ 大根葉 スイートコーン 果物	牛乳 ツナマヨトースト	
26日	水	ケチャップライス 鶏のから揚げ かりかりきゅうり ブロッコリーのごまあえ クリームコンソメスープ 果物	ウインナー 鶏もも 卵 糸削り ちくわ	米 油 小麦粉 砂糖	玉ねぎ ビーマン 人参 きゅうり ブロッコリー スイートコーン 果物	ジュース 誕生日ケーキ	
27日	木	玄米ご飯 豚肉の味噌焼き ブロッコリー 大根の五目煮 そうめん汁 果物	豚肩ロース 大豆 錦糸卵 牛乳	米 玄米 ごま 油 砂糖 そうめん ホットケーキミックス パター つぶあん	ブロッコリー 大根 人参 しいたけ いんげん ねぎ かぼちゃ 果物	牛乳 南瓜小豆蒸しパン	
28日	金	麦ご飯 魚タルタルソース焼き じゃが芋とウインナーの炒め 大根のみそ汁 果物	メルルーサ 卵 ウインナー 厚揚げ フィッシュソーセージ	米 押麦 マヨネーズ 砂糖 油 小麦粉	玉ねぎ パプリカ ビーマン じゃが芋 人参 いんげん 大根 貝割れ キャベツ なら 果物	麦茶 ヒラヤーチ	
29日	土	牛丼 白菜のあえもの 大根のみそ汁 果物	牛肩ロース 糸こんにゃく 鶏ささみ きざみ揚げ 卵 牛乳	米 砂糖	玉ねぎ 人参 しいたけ 小松菜 白菜 きゅうり 大根 大根葉 果物	牛乳 ドームケーキ	



☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





2月 離乳食献立表

日清医療食品(株)

回食	1回食(午前)			2回食(午後)	
	5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
固さの目安	トロトロ⇒パタパタ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)	絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	バナナ位(荒みじん切り)
1	10倍がゆ 人参と豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐のつぶし煮 白菜人参のつぶし煮 わかめすまし汁 果物	軟飯 豆腐のやわらか煮 白菜人参のやわらか煮 わかめすまし汁 果物	全粥 南瓜とさつまいものつぶし煮 たまねぎのみそ汁	軟飯 南瓜とさつまいものやわらか煮 たまねぎのみそ汁
土	(主な材料) 米 人参 豆腐 白菜 わかめ 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ さつまいも たまねぎ	
3	10倍がゆ じゃが芋と大根ペースト すまし汁	全粥 ささみとひじきのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 ささみとひじきのやわらか煮 大根と人参のやわらか煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 じゃがいもとブロッコリーつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 じゃがいもとブロッコリーやわらか煮 青菜のみそ汁
月	(主な材料) 米 じゃが芋 ささみ ひじき 大根 人参 キャベツ 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 ブロッコリー ほうれん草	
4	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚とブロッコリーのつぶし煮 人参とじゃが芋つぶし煮 だいこんのみそ汁 果物	軟飯 白身魚とブロッコリーのやわらか煮 人参とじゃが芋やわらか煮 だいこんのみそ汁 果物	全粥 マカロニ南瓜のつぶし煮 さつまいものみそ汁	軟飯 マカロニ南瓜のやわらか煮 さつまいものみそ汁
火	(主な材料) 米 人参 たら ブロッコリー 人参 じゃが芋 大根 果物			(主な材料) 米 マカロニ かぼちゃ さつまいも	
5	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 ささみとひじきつぶし煮 人参とブロッコリーつぶし煮 キャベツのみそ汁 果物	軟飯 ささみとひじきやわらか煮 人参とブロッコリーやわらか煮 キャベツのみそ汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 豆腐のみそ汁
水	(主な材料) 米 豆腐 ささみ ひじき 人参 ブロッコリー キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 豆腐	
6	10倍がゆ じゃがいもとトマトペースト すまし汁	全粥 ささみのつぶし煮 じゃがいもつぶし煮 野菜すまし汁 果物	軟飯 ささみのやわらか煮 じゃがいもやわらか煮 野菜すまし汁 果物	全粥 にんじんとしらすのつぶし煮 ほうれんそうのみそ汁	軟飯 にんじんとしらすのやわらか煮 ほうれんそうのみそ汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 トマト ささみ 小松菜 果物			(主な材料) 米 人参 しらす ほうれん草	
7	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚といんげんのつぶし煮 だいこんと人参のつぶし煮 とうもろこし 果物	軟飯 白身魚といんげんのやわらか煮 だいこんと人参のやわらか煮 とうもろこし 果物	全粥 さつまいもとわかめのつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 さつまいもとわかめのやわらか煮 青菜のみそ汁
金	(主な材料) 米 大根 人参 たら いんげん 大根 人参 とうもろこし 果物			(主な材料) 米 さつまいも わかめ ほうれん草	
8	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 ささみと人参のつぶし煮 白菜つぶし煮 もずくすまし汁 果物	軟飯 ささみと人参のやわらか煮 白菜やわらか煮 もずくすまし汁 果物	全粥 南瓜つぶし煮 玉葱すまし汁	軟飯 南瓜やわらか煮 玉葱のみそ汁
土	(主な材料) 米 かぼちゃ ささみ 人参 白菜 ブロッコリー もずく 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 玉ねぎ	
10	10倍がゆ 人参とさつまいもペースト すまし汁	全粥 ささみとひじきつぶし煮 人参とさつまいものつぶし煮 冬瓜すまし汁 果物	軟飯 ささみとひじきやわらか煮 人参とさつまいものやわらか煮 冬瓜すまし汁 果物	全粥 南瓜と麩のつぶし煮 青菜のみそ汁	軟飯 南瓜と麩のやわらか煮 小松菜のみそ汁
月	(主な材料) 米 人参 ささみ ひじき さつまいも 冬瓜 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 麩 小松菜	
11	建国記念日				
火	♪お弁当会♪				
水				全粥 マカロニ南瓜のつぶし煮 とうもろこしのみそ汁	軟飯 マカロニ南瓜のやわらか煮 とうもろこしのみそ汁
				(主な材料) 米 マカロニ かぼちゃ 豆腐	
13	10倍がゆ じゃが芋と玉ねぎペースト すまし汁	全粥 ささみのじゃが芋ミルク煮 白菜と人参つぶし煮 たまねぎすまし汁 果物	軟飯 ささみのじゃが芋ミルク煮 白菜と人参やわらか煮 たまねぎすまし汁 果物	全粥 豆腐ブロッコリーのつぶし煮 さつまいものみそ汁	軟飯 豆腐ブロッコリーのやわらか煮 さつまいものみそ汁
木	(主な材料) 米 じゃが芋 ささみ 豆腐 白菜 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー さつまいも	
14	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 南瓜とレバーつぶし煮 大根ときゅうりつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 南瓜とレバーやわらか煮 大根ときゅうりやわらか煮 青菜すまし汁 果物	全粥 マカロニブロッコリーのつぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 マカロニブロッコリーのやわらか煮 豆腐のみそ汁
金	(主な材料) 米 人参 かぼちゃ 豚レバー 大根 きゅうり ほうれん草 果物			(主な材料) 米 マカロニ ブロッコリー 豆腐	
15	10倍がゆ ささみと小松菜ペースト すまし汁	全粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 人参と白菜のつぶし煮 青菜のみそ汁 果物	軟飯 ささみとブロッコリーのやわらか煮 人参と白菜のやわらか煮 青菜のみそ汁 果物		
土	(主な材料) 米 ささみ ブロッコリー 人参 白菜 小松菜 果物				

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



2月

離乳食献立表

〈その2〉

可愛保育園

回食	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後一ヶ月間)	7・8ヶ月	9・10・11・ヶ月	7・8ヶ月頃	9・10・11・ヶ月頃
固さの目安	トロトロ⇒パタパタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
17	10倍がゆ 人参ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 にんじんのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜のやわらか煮 にんじんのやわらか煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 キャベツとツナのつぶし煮 さつま芋のみそ汁	軟飯 キャベツとツナのやわらか煮 さつま芋のみそ汁
月	(主な材料) 米 人参 豆腐 ほうれん草 わかめ 果物			(主な材料) 米 キャベツ ツナ さつま芋	
18	10倍がゆ 大根と人参のペースト すまし汁	全粥 魚ときゅうりのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 魚ときゅうりのつぶし煮 大根と人参のやわらか煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 じゃがいもとキャベツのつぶし煮 豆腐のみそ汁	軟飯 じゃがいもとキャベツの軟らか煮 豆腐のみそ汁
火	(主な材料) 米 大根 人参 たら きゅうり ほうれん草 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 キャベツ 豆腐	
19	10倍がゆ ささみと人参ペースト すまし汁	全粥 ささみのクリーム煮 いんげんと人参つぶし煮 トマトすまし汁 果物	軟飯 ささみのクリーム煮 いんげんと人参やわらか煮 トマトすまし汁 果物	パン粥 南瓜とマカロニつぶし煮 わかめすまし汁	パン粥 南瓜とマカロニやわらか煮 わかめすまし汁
水	(主な材料) 米 ささみ 人参 豆乳 いんげん トマト 果物			(主な材料) 食パン かぼちゃ マカロニ わかめ	
20	10倍がゆ かぼちゃペースト すまし汁	全粥 白身魚ときゅうりのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 玉ねぎとわかめのすまし汁 果物	軟飯 白身魚ときゅうりのやわらか煮 キャベツと人参のやわらか煮 玉ねぎとわかめのすまし汁 果物	全粥 豆腐青菜のつぶし煮 南瓜のみそ汁	軟飯 豆腐青菜のやわらか煮 南瓜のみそ汁
木	(主な材料) 米 かぼちゃ たら きゅうり キャベツ 人参 玉ねぎ わかめ 果物			(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 かぼちゃ	
21	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 豚肉とかぼちゃつぶし煮 大根と人参つぶし煮 くたくたそうめん汁 果物	軟飯 豚肉とかぼちゃやわらか煮 大根と人参やわらか煮 くたくたそうめん汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 麩と青菜のみそ汁	軟飯 さつまいものやわらか煮 麩と青菜のみそ汁
金	(主な材料) 米 大根 人参 豚肉 かぼちゃ そうめん 果物			(主な材料) 米 さつま芋 麩 ほうれん草	
22	10倍がゆ さつま芋としらすペースト すまし汁	全粥 しらすと青菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 しらすと青菜のやわらか煮 さつま芋やわらか煮 白菜すまし汁 果物	全粥 かぼちゃ豆腐のつぶし煮 たまねぎみそ汁	軟飯 かぼちゃ豆腐のやわらか煮 たまねぎみそ汁
土	(主な材料) 米 さつま芋 しらす 小松菜 白菜 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐 玉ねぎ	
24	<h2>天皇誕生日 (振替休日)</h2>				
25	10倍がゆ 冬瓜ペースト すまし汁	全粥 白身魚とわかめつぶし煮 とうがん人参のつぶし煮 すまし汁 果物	軟飯 白身魚とわかめやわらか煮 とうがん人参のつぶし煮 すまし汁 果物	全粥 じゃが芋青菜のつぶし煮 たまねぎすまし汁	軟飯 じゃが芋青菜のつぶし煮 たまねぎすまし汁
火	(主な材料) 米 冬瓜 たら わかめ 人参 果物			(主な材料) 米 じゃが芋 玉ねぎ	
26	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 豆腐と青菜つぶし煮 ブロッコリーのつぶし煮 麩のすまし汁 果物	軟飯 豆腐と青菜やわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 麩のすまし汁 果物	全粥 さつまいも人参つぶし煮 玉葱みそ汁	軟飯 さつま芋人参やわらか煮 玉葱みそ汁
水	(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 ブロッコリー 麩 果物			(主な材料) 米 さつま芋 人参 玉ねぎ	
27	10倍がゆ さつま芋と人参ペースト すまし汁	全粥 人参と豆腐のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 とろとろそばのみそ汁 果物	軟飯 人参と豆腐のやわらか煮 さつま芋やわらか煮 とろとろそばのみそ汁 果物	ぼろぼろじゅーしい かぼちゃつぶし煮	ぼろぼろじゅーしい かぼちゃやわらか煮
木	(主な材料) 米 さつま芋 人参 豆腐 沖繩そば 果物			(主な材料) 米 小松菜 しらす かぼちゃ	
28	10倍がゆ キャベツペースト すまし汁	全粥 ささみとキャベツのつぶし煮 人参玉ねぎつぶし煮 マカロニ トマトのスープ 果物	軟飯 ささみとキャベツのやわらか煮 人参玉ねぎやわらか煮 マカロニ トマトのスープ 果物	全粥 ブロッコリーのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 ブロッコリーのやわらか煮 青菜のすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ キャベツ 人参 玉ねぎ マカロニ トマト 果物			(主な材料) 米 ブロッコリー 小松菜	
29	10倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参つぶし煮 大根のつぶし煮 白菜すまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参やわらか煮 大根のやわらか煮 白菜すまし汁 果物	全粥 南瓜とさつま芋つぶし煮 わかめみそ汁	軟飯 南瓜とさつま芋やわらか煮 わかめみそ汁
土	(主な材料) 米 豆腐 たら 人参 大根 白菜 果物			(主な材料) 米 かぼちゃ さつま芋 わかめ	

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

