



令和3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>	<きいろ>	<みどり>	おやつ	
			血や肉をつくる	熱や力になる	体の調子を整える		
1日	月	あわご飯 麻婆茄子 スパゲティーサラダ 野菜の中華スープ 果物	豆腐 鶏ミンチ 卵 牛乳	米 もちきり 砂糖 ごま油 片栗粉 マヨネーズ サラ パ ごま 小麦粉 ホッ ケーキミックス パター 黒 糖	なす パプリカ 玉ねぎ にら コーン きゅうり え のき チンゲン菜 人参 果物	牛乳 くんぺん	
2日	火	チキンカレー 野菜サラダ わかめとたまごスープ フルーツヨーグルト	鶏小間 ツナ わかめ 卵 ヨーグルト 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 ごま 砂糖 さつま芋	人参 玉ねぎ じゃが芋 コーン セロリ キャベツ レタス きゅうり トマト 大根菜 果物	牛乳 大学芋	
3日	水	大豆ご飯(節分) 鮭の甘酢焼き いんげん煮 青菜のソテー けんちん汁 果物	ツナ 大豆 ひじき 鮭 さ つま揚げ 豚肩 豆腐 生 クリーム 牛乳	米 押麦 ごま 砂糖 片栗 粉 パター 油 小麦粉 ホットケーキミックス	人参 ねぎ いんげん 小松菜 人参 えのき 大 根 里芋 しいたけ 果物	牛乳 鬼さんマフィン	
4日	木	黒米ご飯 豆腐ハンバーグ 粉ふき芋 千切イリチー 南瓜のみそ汁 果物	豆腐 牛豚ミンチ 卵 刻 み昆布 糸こんにゃく 豚 もも きざみ揚げ 牛乳	米 黒米 小麦粉 パン粉 バター 油 食パン 砂糖	玉ねぎ 人参 枝豆 じゃが芋 切干大根 しい たけ かぼちゃ 長ねぎ 果物	牛乳 オレンジフレンチトースト	
5日	金	玄米ご飯 さばのみそ煮 白菜の梅あえ 筑前煮 そうめん汁 果物	さば 鶏小間 卵	米 玄米 砂糖 油 そうめ ん 金時豆 押麦	白菜 きゅうり ごぼう 大根 たけのこ 人参 しい たけ きぬさや ねぎ 果物	麦茶 ぜんざい	
6日	土	焼きうどん 中華サラダ アーサ入りゆし豆腐 杏仁フルーツ	豚もも 糸削り ちくわ ゆ し豆腐 あおさ 牛乳	うどん 油 砂糖 ごま ご ま油	白菜 玉ねぎ 人参 しいたけ ビーマン キャベ ツ ほうれん草 パプリカ ねぎ 果物	牛乳 レモンケーキ	
8日	月	麦ご飯 白身魚の味噌マヨネーズ焼き 果物 ひじきの五目煮 クリームスープ	たら ひじき 鶏小間 きな 粉 牛乳	米 押麦 砂糖 油 マヨ ネーズ 食パン パター	玉ねぎ パプリカ ビーマン 人参 たけのこ いん げん コーン じゃが芋 果物	牛乳 きなこクリームサンド	
9日	火	わかめご飯 レバーフライ・甘ダレ漬け 南瓜煮 白菜の和え物 かぶのみそ汁 果物	豚レバー 卵 ツナ わか め ハム チーズ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 ホットケーキミックス マヨネーズ	かぼちゃ 白菜 人参 きゅうり かぶ 小松菜 玉 ねぎ 果物	牛乳 オニオンブレッド	
10日	水	お弁当会					ヤクルト くずもち
11日	木	建国記念の日					
12日	金	黒米ご飯 さんまの梅煮 おかかあえ 果物 麩チャンプルー イナムル汁	さんま 糸削り 車麩 卵 豚肩 かまぼこ 糸こんに ゃく 生クリーム 牛乳	米 黒米 砂糖 油 黒糖	オクラ キャベツ 人参 玉ねぎ しいたけ 大根 ねぎ 果物	牛乳 スイートポテト	
13日	土	ハヤシライス 切干大根のナムル わかめと白ねぎのスープ 果物	牛もも 豚レバー ちくわ わかめ 牛乳	米 押麦 小麦粉 油 ごま 砂糖 ごま油	玉ねぎ 人参 マッシュルーム セロリ グリンピース 切干大根 パプリカ きゅうり コーン 長ねぎ 果物	牛乳 ドームケーキ	
15日	月	玄米ご飯 ぎせい豆腐 クープイリチー なすのみそ汁 果物	豆腐 鶏ミンチ 卵 きざみ 昆布 糸こんにゃく 豚パ ラ きざみ揚げ もずく し らす 牛乳	米 玄米 砂糖 油 小麦 粉	玉ねぎ パプリカ しいたけ 切干大根 人参 な す しめじ ねぎ にら 果物	麦茶 モズク入りピラヤーチ	
16日	火	あわご飯 豚肉のしょうが焼き 里芋のみそ汁 大根の五目煮 キャベツのおかか和え 果物	豚肩 糸削り 大豆 卵 牛乳	米 もちきり 油 砂糖 ホットケーキミックス パター	キャベツ コーン 大根 人参 しいたけ いんげ ん 里芋 玉ねぎ 大根 果物	牛乳 マーブルケーキ	
17日	水	沖縄そば 青菜の白和え さつまいもとりんごの甘煮 果物	豚バラ かまぼこ 豆腐 ツ ナ わかめ しらす 牛乳	沖縄そば 砂糖 ごま さつ まいも 米	ねぎ ほうれん草 果物	麦茶 じゃことわかめおにぎり	
18日	木	ロールパン マカロニグラタン 果物 ごぼうサラダ トマトと卵のスープ	鶏小間 生クリーム チー ズ ツナ ひじき こんぶ 卵 牛乳	マカロニ 小麦粉 パター すりごま マヨネーズ 砂糖 油 ごま ラード	人参 玉ねぎ グリンピース しめじ ごぼう いん げん パプリカ トマト 果物	牛乳 ごまちゃんすこう	
19日	金	黒米ご飯 果物 かれの揚げ煮 いんげん炒め 人参しりしり レバー入り豚汁	カレー 卵 豚肩 豚レ バー 豆腐 牛乳	米 黒米 片栗粉 油 砂 糖 ホットケーキミックス パ ター	いんげん 人参 玉ねぎ にら じゃが芋 大根 ねぎ 果物	牛乳 豆腐スコーン	
20日	土	野菜そばろ井 ブロッコリーのしらす和え 冬瓜のみそ汁 果物	豚ミンチ 納豆 しらす 厚 揚げ 牛乳	米 油 砂糖 ごま油	キャベツ 小松菜 玉ねぎ 人参 コーン ブロッ コリー パプリカ 冬瓜 貝割れ 果物		
22日	月	玄米ご飯 白身魚のケチャップあん 果物 パパイヤイリチー さつま汁	メルルーサ ツナ きざみ 揚げ 卵 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 さ つま芋 砂糖 ホットケーキ ミックス パター	パパイヤ 人参 にら 大根 果物	牛乳 バナナマフィン	
23日	火	天皇誕生日					
24日	水	カレーピラフ チキンナゲット ブロッコリー ミネストローネ 果物	ツナ 鶏ミンチ 豆腐 ウイ ンナー 牛乳	米 油 パター パン粉 マ カロニ	玉ねぎ ビーマン 人参 ブロッコリー キャベツ コーン トマト 果物	ジュース お誕生日ケーキ	
25日	木	黒米ご飯 さばの照り焼き 甘酢和え 豚汁 ジャーマンポテト 杏仁フルーツ	さば ウインナー 豚肩 豚レバー 卵 豆乳	米 油 砂糖 パター ホッ トケーキミックス	キャベツ パプリカ じゃが芋 玉ねぎ ビーマン 大根 人参 ごぼう ねぎ 果物	豆乳ココア きなこサブレ	
26日	金	スパゲティー・ナポリタン れんこんサラダ パンプキンスープ 果物	ウインナー ささみ ひじき さけ 牛乳	スパゲティー パター マヨ ネーズ ごま 砂糖 米	玉ねぎ 人参 ビーマン れんこん 枝豆 かぼ ちゃ 大根菜 果物	麦茶 しゃけと青菜のおにぎり	
27日	土	五目チャーハン チーズ ナムル 中華スープ 果物	鶏小間 ちくわ ささみ チーズ 牛乳	米 砂糖 ごま油 ごま 片 栗粉	人参 玉ねぎ ビーマン しいたけ もやし 小松 菜 パプリカ 白菜 コーン 果物	牛乳 原宿ドッグ	

☆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



<その1>

可愛保育園

日清医療食品(株)

回食	1回食(午前)			2回食(午後)	
月齢	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⇒ベタベタ	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 南瓜ペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜のつぶし煮 なすと人参のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	軟飯 ささみと南瓜のやわ煮 なすと人参のやわ煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 豆腐とわかめのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 豆腐とわかめのやわ煮 青菜のみそ汁
月	(主な材料) 米 南瓜 ささみ なす 人参 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 わかめ チンゲン菜	
2	10倍がゆ じゃが芋ペースト すまし汁	全粥 ヨーグルト ささみとトマトつぶし煮 きゅうりと玉ねぎつぶし煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 ヨーグルト ささみとトマトやわ煮 きゅうりと玉ねぎやわ煮 じゃが芋のすまし汁	全粥 人参としらすのつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 人参としらすのやわ煮 キャベツのすまし汁
火	(主な材料) 米 じゃが芋 ささみ トマト きゅうり 玉ねぎ ヨーグルト			(主な材料) 米 人参 しらす キャベツ	
3	10倍がゆ 大根と人参ペースト すまし汁	全粥 魚といんげんのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	軟飯 魚といんげんのやわ煮 大根と人参のやわ煮 青菜のみそ汁 果物	全粥 豆腐とブロッコリーつぶし 煮 じゃが芋のすまし汁	軟飯 豆腐とブロッコリーやわ煮 じゃが芋のすまし汁
水	(主な材料) 米 大根 人参 鮭 いんげん 小松菜 果物			(主な材料) 米 豆腐 ブロッコリー じゃが芋	
4	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 豆腐とひじきのそぼろ煮 じゃが芋のつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とひじきのそぼろ煮 じゃが芋のやわ煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 さつまいものやわ煮 人参のすまし汁
木	(主な材料) 米 豆腐 ひじき 玉ねぎ じゃが芋 かぼちゃ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 人参	
5	10倍がゆ 白菜と人参のペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 大根ときゅうりのつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参のやわ煮 大根ときゅうりのやわ煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 ささみと青菜のやわ煮 玉ねぎのすまし汁
金	(主な材料) 米 白菜 人参 たら 大根 きゅうり 果物			(主な材料) 米 ささみ わかめ 玉ねぎ	
6	10倍がゆ ゆし豆腐ペースト すまし汁	全粥 ささみと青菜のつぶし煮 白菜と人参のつぶし煮 ゆし豆腐 果物	軟飯 ささみと青菜のやわ煮 白菜と人参のやわ煮 ゆし豆腐 果物	全粥 ぼろぼろじゅーしい わかめのすまし汁	軟飯 ぼろぼろじゅーしい わかめのすまし汁
土	(主な材料) 米 ゆし豆腐 ささみ ほうれん草 白菜 人参 果物			(主な材料) 米 小松菜 鶏もも ひじき わかめ	
8	10倍がゆ 人参のペースト すまし汁	全粥 魚とひじきつぶし煮 人参とじゃが芋のつぶし煮 玉ねぎすまし汁 果物	軟飯 魚とひじきやわ煮 人参とじゃが芋のやわ煮 玉ねぎすまし汁 果物	全粥 豆腐とオクラのつぶし煮 青菜のすまし汁	軟飯 豆腐とオクラのやわ煮 青菜のすまし汁
月	(主な材料) 米 人参 たら ひじき じゃが芋 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 豆腐 オクラ 小松菜	
9	10倍がゆ 南瓜ペースト 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 白菜すまし汁 果物	軟飯 南瓜とレバーやわ煮 大根ときゅうりやわ煮 白菜すまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 さつまいものやわ煮 人参のすまし汁
火	(主な材料) 米 南瓜 豚レバー 大根 きゅうり 白菜 果物			(主な材料) 米 さつまいも 人参	
10	お弁当会			全粥 南瓜と豆腐のつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 かぼちと豆腐のやわ煮 玉ねぎみそ汁
水				(主な材料) 米 南瓜 豆腐 玉ねぎ	
11	建国記念の日				
木					
12	10倍がゆ キャベツと人参のペースト すまし汁	全粥 白身魚とオクラのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 果物 キャベツと人参のすまし汁	軟飯 白身魚とオクラのやわ煮 南瓜のやわ煮 果物 キャベツと人参のすまし汁	全粥 ささみと玉ねぎつぶし煮 大根のすまし汁	軟飯 ささみと玉ねぎのやわ煮 大根すまし汁
金	(主な材料) 米 キャベツ 人参 たら オクラ 南瓜 果物			(主な材料) 米 ささみ 玉ねぎ 大根	
13	10倍がゆ 豆腐と南瓜のペースト すまし汁	全粥 南瓜と豆腐のつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 南瓜と豆腐のやわ煮 人参と玉ねぎのやわ煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 さつまいもとしらすつぶし煮 きゅうりのすまし汁	軟飯 さつまいもとしらすやわ煮 きゅうりのすまし汁
土	(主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ かぼちゃ 人参 わかめ 果物			(主な材料) 米 さつまいも しらす きゅうり	

※ 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〉

回食	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
月齢	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 ⇒ バタバタ	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)
15	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参つぶし煮 なすと玉ねぎのつぶし煮 青菜すまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参やわ煮 なすと玉ねぎのやわ煮 青菜すまし汁 果物	全粥 しらすとブロッコリーつぶし煮 もずくのすまし汁	軟飯 しらすとブロッコリーやわ煮 もずくのすまし汁
月	(主な材料) 米 豆腐 人参 なす 玉ねぎ ほうれん草 果物			(主な材料) 米 しらす ブロッコリー もずく	
16	10倍がゆ 大根と人参のペースト すまし汁	全粥 ささみと南瓜つぶし煮 大根と人参つぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	軟飯 ささみと南瓜やわ煮 大根と人参やわ煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 さつまいものやわ煮 玉ねぎすまし汁
火	(主な材料) 米 大根 人参 ささみ 南瓜 キャベツ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 玉ねぎ	
17	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	全粥 豆腐とツナをつぶし煮 さつまいもとりんごつぶし煮 人参のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とツナのやわ煮 さつまいもとりんごやわ煮 人参のすまし汁 果物	全粥 しらすと青菜つぶし煮 わかめすまし汁	軟飯 しらすと青菜やわ煮 わかめすまし汁
水	(主な材料) 米 さつまいも 豆腐 ツナ りんご 人参 果物			(主な材料) 米 しらす 小松菜 わかめ	
18	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 青菜と人参つぶし煮 トマトすまし汁 果物	軟飯 ささみのクリーム煮 青菜と人参やわ煮 トマトすまし汁 果物	全粥 かぼちゃとマカロニつぶし煮 わかめのすまし汁	軟飯 かぼちゃとマカロニやわ煮 わかめのすまし汁
木	(主な材料) 米 ささみ 人参 玉ねぎ ほうれん草 トマト 果物			(主な材料) 米 マカロニ かぼちゃ ツナ わかめ	
19	10倍がゆ 人参のペースト すまし汁	全粥 白身魚の人参つぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 白身魚の人参やわ煮 じゃが芋のやわ煮 大根のすまし汁 果物	全粥 さつまいものつぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 さつまいものやわ煮 豆腐のすまし汁
金	(主な材料) 米 人参 たら じゃが芋 大根 玉ねぎ 果物			(主な材料) 米 さつまいも 豆腐	
20	10倍がゆ とろとろ冬瓜 すまし汁	全粥 果物 野菜としらすのつぶし煮 冬瓜とブロッコリーのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁	軟飯 野菜としらすのやわ煮 冬瓜とブロッコリーのやわ煮 玉ねぎみそ汁 果物		
土	(主な材料) 米 冬瓜 キャベツ 小松菜 しらす ブロッコリー 玉ねぎ 果物				
22	10倍がゆ さつまいもペースト すまし汁	全粥 白身魚とわかめつぶし煮 人参とパイアのつぶし煮 豆乳さつまいも汁 果物	軟飯 白身魚とわかめやわ煮 人参とパイアのやわ煮 豆乳さつまいも汁 果物	全粥 豆腐と青菜のつぶし煮 キャベツのすまし汁	軟飯 豆腐と人参のやわ煮 キャベツのすまし汁
月	(主な材料) 米 さつまいも たら わかめ 人参 パイア 豆乳 果物			(主な材料) 米 豆腐 ほうれん草 キャベツ	
23	<b>天皇誕生日</b>				
火					
24	10倍がゆ 豆腐のペースト すまし汁	全粥 豆腐と人参つぶし煮 ブロッコリー玉葱つぶし煮 わかめのすまし汁 果物	軟飯 豆腐と人参やわ煮 ブロッコリー玉葱やわ煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 ささみと南瓜のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 ささみと南瓜のやわ煮 冬瓜のすまし汁
水	(主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー 玉ねぎ わかめ 果物			(主な材料) 米 ささみ 南瓜 冬瓜	
25	10倍がゆ 白身魚と人参ペースト すまし汁	全粥 白身魚と人参のつぶし煮 大根のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	軟飯 白身魚と人参のやわ煮 大根のやわ煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 南瓜とキャベツのつぶし煮 豆腐のすまし汁	軟飯 南瓜とキャベツのやわ煮 豆腐のみそ汁
木	(主な材料) 米 たら 人参 大根 ブロッコリー 玉ねぎ じゃが芋 果物			(主な材料) 米 南瓜 豆腐	
26	10倍がゆ ささみペースト すまし汁	全粥 ささみとひじきのつぶし煮 キャベツと玉ねぎつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	軟飯 ささみとひじきのやわ煮 キャベツと玉ねぎやわ煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 魚と青菜つぶし煮 人参のすまし汁	軟飯 魚と青菜やわ煮 人参のすまし汁
金	(主な材料) 米 ささみ ひじき キャベツ 玉ねぎ 南瓜 果物			(主な材料) 米 たら ほうれん草 人参	
27	10倍がゆ 人参と青菜のペースト すまし汁	全粥 豆腐とブロッコリーのつぶし煮 人参と青菜のつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	軟飯 豆腐とブロッコリーのやわ煮 人参と青菜のやわ煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 南瓜としらすのつぶし煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 南瓜としらすのやわ煮 玉ねぎすまし汁
土	(主な材料) 米 人参 豆腐 ブロッコリー 小松菜 白菜 果物			(主な材料) 米 南瓜 しらす 玉ねぎ	



※ 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。