



令和6年
2月



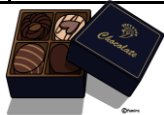
予定献立表



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	木	親子丼 もやし和え物 里芋のみそ汁 果物	鶏肉 卵 のり みそ スキムミルク	米 砂糖 ごま油 ごま 里芋 小麦粉 ケーキミックス	玉ねぎ 椎茸 もやし 小松菜 人参 白菜 大根の葉 果物	牛乳 サターアングー	
2日	金	鬼さんドライカレー ブロッコリーサラダ わかめスープ フルーツヨーグルト	合挽ミンチ 豚レバー 大豆 チーズ わかめ 卵 ヨーグルト	米 押麦 カレー粉 油 ごまドレッシング 小麦粉 ごま バター 砂糖	人参 玉ねぎ マッシュルーム ピーマン にんにく パプリカ 長ネギ ブロッコリー カリフラワー えのき 果物缶	牛乳 セサミクッキー	
3日	土	麻婆豆腐丼 ナムル コーンスープ 果物	豆腐 豚ミンチ みそ ちくわ スキムミルク	米 ごま油 砂糖 ごま 片栗粉 パンケーキ	人参 玉ねぎ 椎茸 たけのこ にんにく 生姜 もやし きゅうり パプリカ コーン ほうれん草 果物		
5日	月	黒米ご飯 さばのみそ煮 オクラのおかか和え 大根の煮物 そうめん汁 果物	さば みそ 糸かつお 鶏肉 大豆 ウイン ナー チーズ 牛乳	米 黒米 砂糖 油 そうめん 食パン バター	生姜 オクラ 大根 人参 椎茸 絹さや ねぎ 果物 玉ねぎ ピーマン トマト	牛乳 ピザトースト	
6日	火	麦ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ゆでブロッコリー きんぴらごぼう 南瓜のみそ汁 果物缶	鶏肉 みそ 卵 豆乳 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま マヨネーズ ごま油 小豆 小麦粉 バター	生姜 にんにく ブロッコリー ごぼう 人参 いんげん 南瓜 玉ねぎ 豆苗 果物缶	牛乳 小倉スコーン	
7日	水	玄米ご飯 魚のコーンマヨ焼き ひじきのごま和え 豆乳入りさつま汁 果物	白身魚 チーズ ひじき ツナ 油揚げ みそ 豆乳 牛乳	米 玄米 小麦粉 油 ごま バター マヨネーズ 砂糖 さつま芋 おつゆ きな粉	コーン 切干大根 人参 きゅうり 大根 人参 ねぎ 果物	牛乳 おつゆ麩ラスク	
8日	木	バターロールパン チリコンカン メキシカンサラダ 白菜スープ 果物	鶏ミンチ 大豆 みそ ウインナー 牛乳 のり	バターロールパン 米 カレー粉 マヨネーズ 砂糖	玉ねぎ 人参 トマト きゅうり コーン セロリ 白菜 果物	麦茶 油みそおにぎり	
9日	金	あわご飯 焼肉 マカロニサラダ きのこのみそ汁 果物	牛肉 卵 チーズ 牛乳	米 もちきび 片栗粉 油 砂糖 ごま油 マカロニ マヨネーズ じゃが芋	玉ねぎ キャベツ 人参 ピーマン にんにく 生姜 パプリカ きゅうり えのき しめじ 椎茸 大根の葉 果物	牛乳 チーズいもち	
10日	土	もずく丼 キャベツのごま和え イナムル汁 果物	もずく 豚ミンチ ちくわ 豚肉 みそ 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま 片栗粉 糸こんにやく たいやき	生姜 ピーマン パプリカ コーン キャベツ もやし 人参 椎茸 大根 ねぎ 果物	牛乳 たいやき	
12日	月	建国記念の日					
13日	火	タコライス コロッケ パンクンスープ きな粉かけヨーグルト	合挽ミンチ チーズ 豆乳 ヨーグルト きな粉 牛乳	米 押麦 砂糖 油 カレー粉 コロッケ 小麦粉 片栗粉	玉ねぎ にんにく レタス トマト 南瓜 果物缶 人参 ニラ	牛乳 チヂミ	
14日	水	お弁当会					牛乳 チョコショートブレッド
15日	木	玄米ご飯 冬瓜のみそ汁 魚フライ・タルタルソースかけ ひじきの炒め煮 果物	白身魚 卵 ひじき さつま揚げ ワカメ 鶏肉 みそ 牛乳	米 玄米 小麦粉 油 パン粉 マヨネーズ 食パン ジャム	玉ねぎ パプリカ 人参 もやし いんげん 冬瓜 果物	豆乳ココア ジャムパン	
16日	金	沖縄そば 納豆和え さつま芋のごま煮 果物	三枚肉 かまぼこ 納豆 のり 油揚げ 牛乳	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米	ねぎ 白菜 きゅうり 人参 果物 ほうれん草	麦茶 しそわかめおにぎり	
17日	土	チャーハン 春雨の中華和え 牛肉スープ 果物缶	ウインナー ささみ 牛肉 牛乳	米 春雨 油 ごま油 砂糖 ごま クラッカー ジャム	人参 玉ねぎ ピーマン きゅうり パプリカ 大根 コーン えのき ねぎ 生姜 にんにく 果物缶	牛乳 クラッカーサンド	
19日	月	たけのこご飯 魚のポテト焼き カリカリきゅうり 豚汁 果物	鶏肉 油揚げ 白身魚 牛乳 青さのり 豚肉 豚レバー 卵 みそ おから 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま じゃが芋 バター ごま油 小麦粉	たけのこ 人参 ねぎ きゅうり ごぼう 大根 長ネギ 果物	牛乳 おからマドレーヌ	
20日	火	枝豆ご飯 豆腐の松風焼き 野菜のごま和え かきたま汁 果物	豆腐 豚ミンチ 牛乳 枝豆 みそ ちくわ 卵 もずく フィッシュソーセージ	米 パン粉 砂糖 ごま 小麦粉	長ネギ 人参 白菜 小松菜 パプリカ 椎茸 ねぎ 果物 南瓜 玉ねぎ	牛乳 かきあげ	
21日	水	ハヤシライス スパゲティサラダ オクラスープ 果物	牛肉 卵 ツナ 豚肉 豆腐 牛乳	米 押麦 油 小麦粉 砂糖 バター サラスパ マヨネーズ ケーキミックス	玉ねぎ にんにく マッシュルーム 人参 セロリ グリーンピース パプリカ きゅうり オクラ えのき 果物	牛乳 揚げパン	
22日	木	ふりかけご飯 おでん 南瓜サラダ モロヘイヤのみそ汁 果物缶	つみれ ちくわ 厚揚げ 枝豆 チーズ みそ 卵 牛乳	米 砂糖 マヨネーズ バター 小麦粉	大根 人参 南瓜 モロヘイヤ コーン 長ネギ 果物缶	牛乳 アイスボックスクッキー	
23日	金	天皇誕生日(振替休日)					
24日	土	ピビンバ丼 ブロッコリーの和え物 ゆし豆腐 果物	豚肉 みそ ツナ 牛乳 ゆし豆腐 きな粉	米 押麦 ごま油 ごま 砂糖 食パン バター	もやし 小松菜 人参 にんにく 生姜 ブロッコリー きゅうり コーン ねぎ 果物	ヤクルト きなこクリームサンド	
26日	月	玄米ご飯 魚の揚げ煮 キャベツの梅和え 筑前煮 じゃが芋のみそ汁 果物	白身魚 鶏肉 みそ 牛乳	米 玄米 片栗粉 油 砂糖 じゃが芋 小麦粉 ラード ごま	生姜 キャベツ 大根 人参 椎茸 いんげん しめじ 大根の葉 果物	牛乳 ごまちゃんすこう	
27日	火	スパゲティ・ナポリタン ごぼうサラダ 豆腐のスープ 果物	ウインナー 枝豆 ツナ ささみ ひじき 豆腐 牛乳	スパゲティ バター ごま マヨネーズ 砂糖 米	玉ねぎ 人参 ピーマン ごぼう にんにく テンゲン菜 えのき 果物 からし菜	牛乳 油みそおにぎり	
28日	水	★お誕生日会★ カレーピラフ 鶏肉のから揚げ 野菜サラダ クリームスープ 果物	豚肉 鶏肉 卵 ツナ 牛乳 ウインナー ホイップ	米 油 バター ごま カレー粉 小麦粉 栗粉 砂糖 ケーキ じゃが芋	玉ねぎ ピーマン 人参 にんにく レタス ブロッコリー パプリカ コーン 果物	ジュース 誕生日ケーキ	
29日	木	あわご飯 豆腐のキッシュ ブロッコリーの塩炒め 春雨スープ 果物	豆腐 鶏ミンチ チーズ 卵 牛乳 わかめ	米 もちきび バター 油 春雨 ごま 食パン 小豆	玉ねぎ ブロッコリー しめじ パプリカ コーン 人参 果物	牛乳 あんバタートースト	



☆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。





離乳食献立表<その1>

令和6年 日清医療食品



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
1	10倍粥 青菜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと白菜のつぶし煮 玉ねぎと人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 ささみと白菜の柔らか煮 玉ねぎと人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 ささみ 白菜 玉ねぎ 人参 小松菜 果物			白身魚 キャベツ 南瓜
2	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	野菜丼 ブロッコリーのつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	野菜丼 ブロッコリーの柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ チンゲン菜 ブロッコリー カリフラワー わかめ 果物			鮭 オクラ 大根
3	10倍粥 きゅうりと玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	
土	(主な材料)米 豆腐 人参 ほうれん草 玉ねぎ きゅうり 果物			
5	10倍粥 大根と人参ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚のトマトあんかけ 大根と人参のつぶし煮 オクラのすまし汁 果物	全粥 白身魚のトマトあんかけ 大根と人参の柔らか煮 オクラのすまし汁 果物	さつま芋とバナナ煮
月	(主な材料)米 白身魚 トマト 大根 人参 オクラ 果物			さつま芋 バナナ
6	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 ブロッコリーのそぼろ煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 ブロッコリーのそぼろ煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 鶏ミンチ ブロッコリー 人参 玉ねぎ 南瓜 果物			しらす じゃが芋 いんげん
7	10倍粥 さつま芋のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とひじきのつぶし煮 キャベツと青菜のつぶし煮 豆乳さつま汁 果物	全粥 白身魚とひじきの柔らか煮 キャベツと青菜の柔らか煮 豆乳さつま汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 白身魚 ひじき キャベツ ほうれん草 さつま芋 豆乳 果物			ささみ 人参 きゅうり
8	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 鶏ミンチと白菜のつぶし煮 トマトときゅうりつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 鶏ミンチと白菜の柔らか煮 トマトときゅうりの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 鶏ミンチ 白菜 トマト きゅうり じゃが芋 果物			しらす 人参 大根 青さのり
9	10倍粥 きゅうりと玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 ブロッコリーと玉ねぎのつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 ブロッコリーと玉ねぎの柔らか煮 キャベツのすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 豆腐 人参 ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ 果物			鶏ミンチ 冬瓜 南瓜
10	10倍粥 キャベツペースト すまし汁	もずく丼 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	もずく丼 南瓜の柔らか煮 大根のすまし汁 果物	野菜おじや
土	(主な材料)米 もずく 鶏ミンチ 人参 玉ねぎ オクラ 南瓜 大根 果物			あおさ しらす キャベツ
12 月	振替休日 (公休日)			
13	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 魚のクリーム煮 青菜と人参のつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 魚のクリーム煮 青菜と人参の柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	バナナサラダ
火	(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ 豆乳 ほうれん草 人参 南瓜 果物			バナナ オレンジ
14 水	お弁当会			
15	10倍粥 冬瓜のどろろ煮 すまし汁	7倍粥 豚肉とひじきのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 豚肉とひじきの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 豚ヒレ きゅうり ひじき キャベツ 人参 冬瓜 果物			しらす ほうれん草 南瓜
16	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと納豆のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 さつま芋のすまし汁 果物	全粥 ささみと納豆の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 さつま芋のすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 ささみ 納豆 白菜 きゅうり さつま芋 果物			白身魚 ブロッコリー 人参

※ 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。





離乳食献立表<その2>

令和5年 日清医療食品



回食 月齢	昼食			おやつ	
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	中期・後期 7~11ヶ月頃	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)		
17 土	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	野菜丼 南瓜のつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	野菜丼 南瓜の柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	さつま芋とバナナ煮	
19 月	(主な材料)米 ささみ 人参 玉ねぎ 小松菜 南瓜 きゅうり 果物	10倍粥 じゃが芋と玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 キャベツのすまし汁 果物	全粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 キャベツのみそ汁 果物	さつま芋 パナナ 野菜おじや
20 火	(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ じゃが芋 青さのり キャベツ 果物	10倍粥 豆腐ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 白菜となすのつぶし煮 大根のすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 白菜となすの柔らか煮 大根のすまし汁 果物	鶏ミンチ 人参 きゅうり 野菜おじや
21 水	(主な材料)米 豆腐 人参 白菜 なす 大根 果物	10倍粥 冬瓜のどろとろ煮 すまし汁	7倍粥 ツナとオクラのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 ツナとオクラの柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	もずく 南瓜 玉ねぎ 野菜おじや
22 木	(主な材料)米 ツナ オクラ 人参 玉ねぎ 冬瓜 果物	10倍粥 トマトときゅうりペースト すまし汁	7倍粥 ささみとトマトあんかけ 南瓜のつぶし煮 きゅうりのすまし汁 果物	全粥 ささみとトマトあんかけ 南瓜の柔らか煮 きゅうりのすまし汁 果物	鶏ミンチ ほうれん草 じゃが芋 野菜おじや
23 金	天皇誕生日(公休日)				
24 土	(主な材料)米 ささみ トマト 南瓜 きゅうり 果物	10倍粥 ゆし豆腐 すまし汁	7倍粥 しらすとブロッコリーのつぶし煮 小松菜と人参のつぶし煮 ゆし豆腐 果物	全粥 しらすとブロッコリーの柔らか煮 小松菜と人参の柔らか煮 ゆし豆腐 果物	さつま芋とりんご煮
26 月	(主な材料)米 しらす ブロッコリー 小松菜 人参 ゆし豆腐 果物	10倍粥 大根と人参ペースト すまし汁	7倍粥 鮭とキャベツのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 鮭とキャベツの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 じゃが芋のみそ汁 果物	さつま芋 りんご 野菜おじや
27 火	(主な材料)米 鮭 キャベツ 大根 人参 じゃが芋 果物	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐とトマトのつぶし煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 さつま芋のすまし汁 果物	全粥 豆腐とトマトの柔らか煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 さつま芋のすまし汁 果物	ささみ オクラ ひじき 野菜おじや
28 水	(主な材料)米 豆腐 トマト 小松菜 玉ねぎ さつま芋 果物	10倍粥 じゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 鶏レバーと人参のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 白菜のすまし汁 果物	全粥 鶏レバーと人参の柔らか煮 じゃが芋の柔らか煮 白菜のすまし汁 果物	ツナ 人参 ブロッコリー 野菜おじや
29 木	(主な材料)米 鶏レバー 人参 じゃが芋 青さのり 白菜 果物	10倍粥 ブロッコリーと大根ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーと大根のつぶし煮 人参のすまし汁 果物	全粥 豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーと大根の柔らか煮 人参のすまし汁 果物	白身魚 小松菜 玉ねぎ 野菜おじや
	(主な材料)米 鶏ミンチ 豆腐 ブロッコリー 大根 人参 果物				しらす 玉ねぎ 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。

咀嚼力UPには運動も大切!

柔らかい物が増える傾向にある現代の食事。「丸飲み」や「噛めずに出してしまう」といった悩みも乳児期に多く聞かれます。食べ物を噛む力＝咀嚼力の発達には、寝返り、はいはい、あんよなど、全身を大きく動かす運動が関係しています。離乳食が始まったら、ぜひ担当の保育者にご相談いただき、赤ちゃんの運動機能の発達を家庭と園とで確認しながら進めていきましょう。

楽しく食べる環境作り

食事は落ち着いた雰囲気、安心できる大人といっしょに、焦らずゆったりとした気持ちで進めることが大切です。大人が「食べさせる」のではなく、赤ちゃんが「自分で食べたい」と感じることを。そしてそのとき口に入ったものが、適切な形・硬さ・味・温度であれば、赤ちゃんは自然と口を動かします。やさしいことばかけと、あたたかいまなざしも欠かせません。

