

# 献立表

2025年02月

完全給食

日付	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
01(土)	ごはん 豚丼・具 豆腐のみそ汁 煮りんご	硬粥 ふわふわ団子と野菜の煮物 煮りんご	全粥 ふわふわ団子と野菜の煮物 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・にんじん)
03(月)	ごはん だし煮(だいこん・さといも) 納豆とひき肉の煮物	硬粥 だし煮(だいこん・さといも) 納豆とひき肉の煮物	全粥 だし煮(だいこん・さといも) 納豆とひき肉の煮物	10倍粥 ペースト(納豆・にんじん・ほうれんそう)
04(火)	ごはん みそ風味のだし煮(豆腐・チンゲン菜) 白身魚とじゃがいもの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・チンゲン菜) 白身魚とじゃがいもの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・チンゲン菜) 白身魚とじゃがいもの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
05(水)	ごはん わかめスープ(もやし・いも) 厚揚げのケチャップ煮 ゆでブロッコリー	硬粥 だし煮(ブロッコリー・さつまいも) 豆腐のそぼろあんかけ	全粥 だし煮(ブロッコリー・さつまいも) 豆腐のそぼろあんかけ	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ブロッコリー・さつまいも)
06(木)	ごはん みそ風味のだし煮(豆腐・かぼちゃ) かじきとほうれんそうのとりみ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・かぼちゃ) かじきとほうれんそうのとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・かぼちゃ) かじきとほうれんそうのとりみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれんそう・かぼちゃ)
07(金)	ごはん(しらす) だし煮(さといも・はくさい) 豆腐団子と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)	硬粥(しらす) だし煮(さといも・はくさい) 豆腐団子と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)	全粥(しらす) だし煮(さといも・はくさい) 豆腐団子と野菜の煮物(たまねぎ・にんじん)	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(にんじん・たまねぎ)
08(土)	ごはん 鶏肉と豆腐の煮物 豆腐のみそ汁 煮りんご	硬粥 鶏肉と豆腐の煮物 煮りんご	全粥 鶏肉と豆腐の煮物 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
10(月)	ごはん みそ風味のだし煮(豆腐・だいこん・ほうれんそう) さつまいもとツナの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(豆腐・だいこん・ほうれんそう) さつまいもとツナの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(豆腐・だいこん・ほうれんそう) さつまいもとツナの煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・ほうれんそう)
12(水)	ごはん すまし汁(白菜・鶏) 炒り豆腐(ツナひじき) かぼちゃの大豆粉揚げ 煮りんご	硬粥 だし煮(かぼちゃ・はくさい) 豆腐と鶏肉の炒り煮	全粥 だし煮(かぼちゃ・はくさい) 豆腐と鶏肉の炒り煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・はくさい)
13(木)	ごはん みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 白身魚と大根の煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 白身魚と大根の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 白身魚と大根の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(さつまいも・こまつな)
14(金)	軟飯 ミートボールのカレーシチュー キャベツのおかか和え	硬粥 だし煮(豆腐・キャベツ・ほうれんそう) 鶏肉とじゃがいものとろとろ煮	全粥 だし煮(豆腐・キャベツ・ほうれんそう) 鶏肉とじゃがいものとろとろ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・ほうれんそう)
15(土)	ごはん 野菜そぼろ煮(納豆) すまし汁(白菜・鶏) みかん	硬粥 野菜そぼろ煮(納豆) みかん	全粥 野菜そぼろ煮(納豆) みかん	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・にんじん)
17(月)	ごはん さけとひじきの混ぜごはん・具 豆腐旨煮椀(キャベツ) ベイクド里芋(青のり)	硬粥 だし煮(豆腐・キャベツ・にんじん) さけとさといものとりみ煮	全粥 だし煮(豆腐・キャベツ・にんじん) さけとさといものとりみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
18(火)	ごはん みそ汁(はくさい・あげ) 鶏ささ身のとりみ煮(冬) 大根の甘酢漬 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・ほうれんそう) 鶏ささ身のとりみ煮(納豆)	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・ほうれんそう) 鶏ささ身のとりみ煮(納豆)	10倍粥 ペースト(納豆・だいこん・ほうれんそう)
19(水)	ごはん コーンスープ(だいこん・豆乳) レバーにんにく風味焼き 蒸し野菜のサラダ(さつまいも) みかん	硬粥 豆乳煮(だいこん・たまねぎ・ブロッコリー) 鶏ひき肉とキャベツの煮物	全粥 豆乳煮(だいこん・たまねぎ・ブロッコリー) 鶏ひき肉とキャベツの煮物	10倍粥 豆乳煮(だいこん・たまねぎ・ブロッコリー)
20(木)	ごはん みそ風味のだし煮(たまねぎ・かぼちゃ) 鶏ひき肉と豆腐の煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・かぼちゃ) 鶏ひき肉と豆腐の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・かぼちゃ) 鶏ひき肉と豆腐の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・かぼちゃ)
21(金)	ごはん だし煮(じゃが芋・たまねぎ) 白身魚とキャベツの煮物	硬粥 だし煮(じゃが芋・たまねぎ) 白身魚とキャベツの煮物	全粥 だし煮(じゃが芋・たまねぎ) 白身魚とキャベツの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(キャベツ・こまつな)
22(土)	ごはん 鶏肉と豆腐の煮物(キャベツ・にんじん) 煮りんご	硬粥 鶏肉と豆腐の煮物(キャベツ・にんじん) 煮りんご	全粥 鶏肉と豆腐の煮物(キャベツ・にんじん) 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
25(火)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さわらと人参の煮物 ポテトサラダ(ウインナー)	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・じゃがいも) 白身魚と人参の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・じゃがいも) 白身魚と人参の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・じゃがいも)
26(水)	ごはん だし煮(かぶ・ほうれんそう) 豆腐とひき肉のみそ風味煮	硬粥 だし煮(かぶ・ほうれんそう) 豆腐とひき肉のみそ風味煮	全粥 だし煮(かぶ・ほうれんそう) 豆腐とひき肉のみそ風味煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぶ・ほうれんそう)
27(木)	ごはん みそ汁(かぼちゃ・油あげ) 豚肉のしょうが焼き(たまねぎ) ゆでブロッコリー 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・こまつな) 鶏肉と納豆の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・こまつな) 鶏肉と納豆の煮物	10倍粥 ペースト(納豆・かぼちゃ・こまつな)
28(金)	ごはん(しらす) だし煮(豆腐・えのき) 里芋のそぼろ煮	硬粥(しらす) だし煮(豆腐・えのき) 里芋のそぼろ煮	全粥(しらす) だし煮(豆腐・えのき) 里芋のそぼろ煮	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)

