



2月 離乳食 献立表



令和8年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	果物	おやつ (3回食から)
		ヨーグルト状(ペースト)				
		豆腐の固さ(マッシュ)				
		バナナの固さ(柔らかく刻む)				
2	月	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し じゃが芋マッシュ 冬瓜スープ	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 冬瓜のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 冬瓜のすまし汁		
3	火	初期	つぶし粥	野菜ペースト ポテトサラダマッシュ すましスープ	オレンジ果汁	さつま芋おやき
		中期	全粥	ささみのつぶし煮 ポテトサラダ ゆし豆腐	オレンジ	
		後期	軟飯	ササミの煮物 ポテトサラダ ゆし豆腐		
4	水	初期	つぶし粥	魚のすり流し ほうれん草あえマッシュ すましスープ	みかん果汁	みそおにぎり
		中期	全粥	魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ つぶしうどん汁	みかん	
		後期	軟飯	魚の煮物 ほうれん草の白和え うどん汁		
5	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト 人参ペースト ほうれん草スープ	バナナ果汁	さつま芋おやき
		中期	全粥	ささみ煮物 人参つぶし煮 ほうれん草スープ	バナナ	
		後期	軟飯	ささみの煮物 人参いり煮 ほうれん草スープ		
6	金	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し 小松菜煮マッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ささみ粥 小松菜スープ
		中期	全粥	魚のつぶし野菜煮 小松菜のつぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 小松菜の軟らか煮 豆腐のすまし汁		
7	土	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 野菜スープ
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
9	月	初期	つぶし粥	豆腐のすり流し さつま芋煮ペースト オニオンスープ	みかん果汁	さつま芋粥 豆腐のすまし汁
		中期	全粥	豆腐のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 オニオンスープ	みかん	
		後期	軟飯	豆腐の煮物 さつま芋の煮物 オニオンスープ		
10	火	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し 野菜ペースト 冬瓜スープ	オレンジ果汁	トマトパンケーキ
		中期	全粥	魚とトマトのつぶし煮 野菜チャンプルーつぶし煮 冬瓜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯	魚のトマト煮 野菜チャンプルー煮 冬瓜のみそ汁		
12	木	初期	つぶし粥	野菜ペースト キャベツの和え物マッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	鶏おじや じゃが芋スープ
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶし和え オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 キャベツの和え物 オニオンスープ		
13	金	初期	つぶし粥	野菜ペースト ポテトサラダマッシュ ミルクスープ	みかん果汁	人参パンケーキ
		中期	全粥	ささみと野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ ミルクスープ	みかん	
		後期	軟飯	ささみの野菜煮 ポテトサラダ ミルクスープ		
14	土	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し 人参ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 南瓜スープ
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 胡瓜のつぶしあえ 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 胡瓜の和え物 大根のみそ汁		
16	月	初期	つぶし粥	野菜ペースト ポテトサラダマッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	ささみ粥 じゃが芋スープ
		中期	全粥	ささみと野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ	
		後期	軟飯	ささみの野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		
17	火	初期	つぶし粥	白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	トマトおじや 南瓜スープ
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
18	水	初期	つぶし粥	豆腐のすり流し 大根の和え物マッシュ すましスープ	りんご果汁	ツナ粥 大根スープ
		中期	全粥	豆腐のつぶし煮 大根のつぶしあえ うどん汁	煮りんご	
		後期	軟飯	豆腐の煮物 大根の和え物 うどん汁		
19	木	初期	つぶし粥	白身魚と野菜のすり流し じゃが芋マッシュ すましスープ	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥	白身魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋の煮物 すまし汁	バナナ	
		後期	軟飯	白身魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 すまし汁		
20	金	初期	つぶし粥	魚とトマトのすり流し キャベツ煮ペースト すましスープ	みかん果汁	トマトパンケーキ
		中期	全粥	魚とトマトのつぶし煮 キャベツのつぶし煮 ゆし豆腐	みかん	
		後期	軟飯	魚のトマト煮 キャベツの軟らか煮 ゆし豆腐		
21	土	初期	つぶし粥	豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト キャベツスープ	バナナ果汁	ツナおじや オニオンスープ
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 キャベツスープ	バナナ	
		後期	軟飯	豆腐と野菜の煮物 さつま芋の煮物 キャベツスープ		
24	火	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し 南瓜サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	さつま芋おやき
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ みそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 南瓜サラダ みそ汁		
25	水	初期	つぶし粥	白身魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥	白身魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯	白身魚の野菜煮 人参いり煮 ゆし豆腐		
26	木	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し キャベツサラダマッシュ オニオンスープ	みかん果汁	人参パンケーキ
		中期	全粥	魚と野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ オニオンスープ	みかん	
		後期	軟飯	魚の野菜煮 キャベツサラダ オニオンスープ		
27	金	初期	つぶし粥	豆腐と野菜のすり流し 小松菜の和え物マッシュ すましスープ	バナナ果汁	ふかし芋
		中期	全粥	豆腐と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶしあえ ソーメン汁	バナナ	
		後期	軟飯	豆腐の野菜煮 小松菜あえ ソーメン汁		
28	土	初期	つぶし粥	魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ	バナナ果汁	鶏おじや オニオンスープ
		中期	全粥	鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ じゃが芋スープ	バナナ	
		後期	軟飯	鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ じゃが芋スープ		

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
 ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
 ※ 11日(水)建国記念日でお休みです。
 ※ 23日(月)天皇誕生日でお休みです。

