

令和7年2月 離乳食献立表

両国・なかよし保育園

日	曜日	7~8か月 (中期)	7~8か月	9~11か月 (後期)	9~11か月	使用している食材	
		午前	午後	午前	午後		
1	15	土	7倍粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのおかか煮 みそ汁 (じゃが芋) バナナ ミルク	にんじん粥	5倍粥 鶏肉と玉ねぎの煮物 人参ときゅうりのおかか煮 みそ汁 (じゃが芋) バナナ ミルク	にんじん粥	米 鶏ひき肉 玉ねぎ にんじん きゅうり じゃが芋 バナナ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
3	17	月	7倍粥 カレイのみそ煮 ほうれん草と納豆の煮物 すまし汁 (大根) オレンジ ミルク	ささみ粥	5倍粥 カレイのみそ煮 きのこ納豆の煮物 すまし汁 (大根) オレンジ ミルク	ささみ粥	米 カレイ ほうれん草 にんじん ひきわり納豆 えのき 大根 オレンジ ささみ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
4	18	火	7倍粥 鶏肉と白菜の煮物 人参の磯辺煮 みそ汁 (豆腐) 煮りんご ミルク	おかか粥	5倍粥 豚肉と白菜の煮物 人参の磯辺煮 みそ汁 (豆腐) 煮りんご ミルク	おかかおにぎり	米 豚ひき肉 鶏ひき肉 白菜 にんじん きゅうり きざみのり 絹豆腐 りんご かつお節 だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
5	19	水	パン粥 鶏肉と野菜の煮物 キャベツの煮びたし オニオンスープ バナナ ミルク	みそおじや	トースト 豚肉と野菜の煮物 キャベツの煮びたし オニオンスープ バナナ ミルク	みそおにぎり	食パン 豚ひき肉 鶏ひき肉 ほうれん草 じゃが芋 キャベツ にんじん きゅうり 玉ねぎ バナナ 米 だし汁 しょうゆ みそ ケチャップ 片栗粉
6	20	木	みそ煮込みうどん 鶏肉団子煮 かぶと人参の煮物 みかん ミルク	わかめ粥	みそ煮込みうどん 豚肉団子煮 かぶと人参の煮物 みかん ミルク	わかめおにぎり	うどん 白菜 小松菜 にんじん 豚ひき肉 鶏ひき肉 玉ねぎ かぶ みかん わかめ しらす 米 だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
7	21	金	7倍粥 ささみと人参の煮物 チンゲン菜のツナ煮 みそ汁 (里芋) 煮りんご ミルク	きな粉粥	5倍粥 ささみと人参の煮物 もやしのツナ煮 みそ汁 (里芋) 煮りんご ミルク	きな粉粥	米 鶏ささみ にんじん もやし チンゲン菜 ツナ 里芋 りんご きな粉 だし汁 しょうゆ みそ 上白糖 塩 片栗粉
8	22	土	7倍粥 鶏肉と大根の煮物 人参といんげんの煮びたし みそ汁 (ほうれん草) オレンジ ミルク	野菜おじや	5倍粥 鶏肉と大根の煮物 人参といんげん煮びたし みそ汁 (ほうれん草) オレンジ ミルク	野菜おじや	米 鶏ひき肉 大根 にんじん いんげん ほうれん草 オレンジ だし汁 しょうゆ みそ 片栗粉
10	25	月	パン粥 じゃが芋のそぼろ煮 きゅうりの煮びたし コーンスープ バナナ ミルク	青菜がゆ	トースト じゃが芋のそぼろ煮 スティックきゅうり コーンスープ バナナ ミルク	青菜がゆ	食パン 鶏ひき肉 じゃが芋 にんじん きゅうり 玉ねぎ クリームコーン バナナ 小松菜 米 だし汁 しょうゆ 牛乳 片栗粉
火		あんかけうどん ブロッコリーの煮物 わかめスープ 煮りんご ミルク	鶏粥	あんかけうどん ブロッコリーときのこの煮物 わかめスープ 煮りんご ミルク	ひじきごはん	うどん 豚ひき肉 鶏ひき肉 もやし チンゲン菜 ひじき にんじん 玉ねぎ ブロッコリー しめじ わかめ りんご 米 だし汁 しょうゆ みそ 上白糖 片栗粉	
12	26	水	7倍粥 鮭といんげんの煮物 小松菜の煮びたし みそ汁 (麩) みかん ミルク	さつま芋の煮物	5倍粥 鮭といんげんの煮物 小松菜の煮びたし みそ汁 (麩) みかん ミルク	さつま芋の煮物	米 鮭 いんげん 小松菜 にんじん 麩 みかん さつま芋 だし汁 しょうゆ みそ 上白糖 片栗粉
13	27	木	7倍粥 鶏肉とかぶの煮物 きゅうりの煮物 野菜スープ いちご ミルク	のり粥	5倍粥 鶏肉とかぶの煮物 スティックきゅうり 野菜スープ いちご ミルク	のり粥	米 鶏ひき肉 かぶ きゅうり じゃが芋 にんじん いちご きざみのり だし汁 しょうゆ 片栗粉
青のり粥		5倍粥 豚肉のケチャップ煮 白菜の煮びたし かぶスープ いちご ミルク	青のり粥	米 豚ひき肉 マッシュルーム 鶏ひき肉 にんじん 白菜 きゅうり かぶ 玉ねぎ いちご 青のり だし汁 しょうゆ 上白糖 ケチャップ 片栗粉			
14	28	金	7倍粥 鶏肉団子煮 ほうれん草の煮びたし みそ汁 (豆腐) オレンジ ミルク	ミルクパン粥	5倍粥 あんかけつくね ほうれん草の煮びたし みそ汁 (豆腐) オレンジ ミルク	シュガートースト	米 鶏ひき肉 玉ねぎ 枝豆 もやし にんじん ほうれん草 絹豆腐 オレンジ 食パン だし汁 しょうゆ みそ 上白糖 牛乳 バター 片栗粉

◎その日に使用する食材を記載していますので、参考にしながらご家庭でも進めていきましょう。◎粉ミルクは「ほほえみ」、哺乳瓶は「母乳実感」を使用しています。