



2021年  2 月 離 乳 食 献 立 表  引津保育園

日付	時間帯	離乳食 後期	日付	時間帯	離乳食 後期	日付	時間帯	離乳食 後期	日付	時間帯	離乳食 後期
01(月)	午前おやつ	バナナ	08(月)	午前おやつ	バナナ	15(月)	午前おやつ	バナナ	22(月)	午前おやつ	バナナ
	昼食	軟飯 冬野菜と鶏の煮物 キャベツとりんごのサラダ りんご		昼食	軟飯 肉じゃが スパゲティーサラダ りんご		昼食	筑前煮(ベビー) 納豆和え みそ汁(たまねぎ) りんご		昼食	軟飯 鶏のトマト煮 マッシュポテト 野菜スープ りんご
	午後おやつ	きな粉蒸しパン 麦茶		午後おやつ	野菜蒸しパン 麦茶		午後おやつ	しらすパン粥 麦茶		午後おやつ	人参の混ぜご飯 麦茶
02(火)	午前おやつ	りんご	09(火)	午前おやつ	りんご	16(火)	午前おやつ	りんご	23(火)	天皇誕生日	
	昼食	しらす軟飯 蒸し魚 人参マッシュ すまし汁 いちご		昼食	軟飯 ロールキャベツ 野菜のおかか和え みかん		昼食	軟飯 チーズハンバーグ ポテトサラダ 野菜スープ(キャベツ) いちご			
03(水)	午後おやつ	和風粥 麦茶	10(水)	午後おやつ	さつまいも茶巾(豆乳) 麦茶	17(水)	午後おやつ	黒糖蒸しパン 麦茶	24(水)	午前おやつ	みかん
	午前おやつ	みかん		午前おやつ	みかん		午前おやつ	みかん		昼食	軟飯 鶏の治部煮 ビーフンときゅうり和え みそ汁(豆腐) バナナ
	昼食	軟飯 ミートローフ(卵、ひじきなし) ほうれん草と人参の煮物 コンソメスープ バナナ		昼食	軟飯 蒸し鮭 凍り豆腐の煮物 根菜汁 バナナ		昼食	軟飯 煮魚 ほうれん草のお浸し みそ汁(さつまいも) バナナ		午後おやつ	りんごの甘煮 麦茶
04(木)	午後おやつ	金棒クッキー 麦茶	11(木)	午後おやつ	味噌粥 麦茶	18(木)	午後おやつ	中華おこわ軟飯 麦茶	25(木)	午前おやつ	バナナ
	午前おやつ	バナナ		建国記念の日			午前おやつ	バナナ		昼食	軟飯 鶏じゃが キャベツの豆乳煮 すまし汁 りんご
05(金)	午後おやつ	小豆粥 麦茶	12(金)	午前おやつ	りんご	19(金)	午後おやつ	バナナ蒸しパン 麦茶	26(金)	午前おやつ	りんご
	午前おやつ	りんご		昼食	軟飯 魚のチーズ蒸し 野菜炒め煮 みそ汁(かぼちゃ) みかん		午前おやつ	りんご		昼食	軟飯 魚のあんかけ カリフラワーとじゃが芋のコンソメ煮 のっぺい汁 みかん
06(土)	午後おやつ	チーズ蒸しパン スキムミルク	13(土)	午後おやつ	お好み焼き風 麦茶	20(土)	午後おやつ	マカロニきな粉 麦茶	27(土)	午後おやつ	麩の豆乳粥 麦茶
	午前おやつ	みかん		午前おやつ	みかん		午前おやつ	みかん		午前おやつ	みかん
06(土)	午後おやつ	乳児用おやつ 麦茶	13(土)	午後おやつ	麦茶	20(土)	午後おやつ	麦茶	27(土)	午後おやつ	麦茶
	午前おやつ	けんちんうどん バナナ		午前おやつ	豆乳うどん バナナ		午前おやつ	みかん		午後おやつ	乳児用おやつ 麦茶



献立表



日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ	日 曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの					熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの		
1 月	冬野菜カレー(麦) キャベツのコールスローサラダ 福神漬 りんご	もちもちチーズパン スキムミルク	半つき米、白玉粉、 団子粉、フレンチド レッシング(乳化型)、 油、押麦	牛肉(肩)、脱脂粉乳、 粉チーズ、ハム	りんご、かぶ、たまねぎ、 キャベツ、にんじん、はく さい、コーン(冷凍)、きゅ うり、福神漬	スキムミルク バナナ	16 火	コーンライス りんごジュース チーズハンバーグ いちご アボカドサラダ 野菜スープ(キャベツ)	ブラウニー スキムミルク	半つき米、じゃがい も、小麦粉、砂糖、マ ヨネーズ、パン粉、粉 糖、片栗粉	合ひき肉、卵、脱脂 粉乳、ベーコン、無 塩バター、生クリー ム、牛乳、ヨーグルト (無糖)、バター、スラ	りんご天然果汁、いち ご、たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、きゅうり、アボ ガド、コーン(冷凍)	スキムミルク りんご	
2 火	二色豆ごはん いちご いわしのかば焼き 菜の花と卵の炒め物 花魁のすまし汁	恵方巻き 麦茶	半つき米、油、砂糖、 焼ふ、片栗粉	いわし、卵、卵(厚焼 き卵)、蒸し大豆、しら す干し、いわし(煮干 し)、さくらでんぶ	いちご、きゅうり、なば な、こまつな、えのきた け、にんじん、えだまめ (冷凍)、葉ねぎ、かん びょう(乾)、焼きのり	スキムミルク りんご	17 水	五分米 バナナ 煮魚 ほうれん草のマヨサラダ みそ汁(さつまいも)	中華おこわ 麦茶	もち米、半つき米、さ つまいも、砂糖、マヨ ネーズ、ごま油	さば、豚肉(もも)、卵、 米みそ(淡色辛み そ)、いわし(煮干し)、 干しえび	バナナ、もやし、ほうれん そう、にんじん、たまね ぎ、たけのこ、干ししい たけ、葉ねぎ、しょうが	スキムミルク パイナップル	
3 水	五分米 バナナ ミートローフ(ひじき) ほうれん草とコーンのソテー コンソメスープ	★金棒クッキー★ スキムミルク	半つき米、油、砂糖、 パン粉	豚ひき肉、木綿豆 腐、脱脂粉乳、卵、 バター、ベーコン、い り大豆	バナナ、ほうれんそう、た まねぎ、コーン缶、しめ じ、キャベツ、ひじき	スキムミルク パイナップル	18 木	ゆかり御飯(麦) りんご チーズオムレツ 春雨のそぼろ煮 すまし汁(豆腐)	バナナケーキ スキムミルク	米、じゃがいも、砂 糖、はるさめ、押麦、 ごま油、油	卵、木綿豆腐、脱脂 粉乳、無塩バター、 豚ひき肉、ウインナー、と ろけるチーズ、ごま	りんご、たまねぎ、えのき たけ、にんじん、キャベ ツ、バナナ、葉ねぎ、ね ぎ	スキムミルク バナナ	
4 木	五分米 りんご 鶏肉のマーマレード焼き 五目煮豆 みそ汁(じゃがいも)	梅ヶ枝もち 麦茶	半つき米、白玉粉、 じゃがいも、団子粉、 板こんにやく、砂糖	鶏もも肉(皮付き)、 つぶしあん(砂糖添 加)、たいず水煮缶 詰、米みそ(淡色辛 みそ)、いわし(煮干 し)	りんご、にんじん、ごぼ う、れんこん、マーマレ ード、しめじ、こんぶ(煮物 用)、干ししいたけ、カッ トわかめ	スキムミルク バナナ	19 金	五分米 みかん 野菜のオイスターソース炒め 花揚げシュウマイ みそ汁(なめこ)	きな粉団子 スキムミルク	半つき米、ワンタンの 皮、白玉粉、団子 粉、片栗粉、砂糖、 黒砂糖、油、ごま油	豚肉(肩)、豚ひき肉、 脱脂粉乳、卵、木綿 豆腐、米みそ(淡色 辛みそ)、おから、き な粉、いわし(煮干し)	みかん、たまねぎ、だい ごん、キャベツ、なめこ、 にんじん、チンゲンサイ、 万能ねぎ、干ししい たけ、しょうが	スキムミルク りんご	
5 金	五分米 みかん サバの味噌煮 拌三絲(ハンサンスー) サムゲタン風スープ	ウインナーチーズ蒸しパン スキムミルク	半つき米、ホットケ ーキ粉、はるさめ、砂 糖、ごま油	さば、牛乳、鶏もも肉 (皮付き)、脱脂粉 乳、卵、米みそ(淡色 辛みそ)、ウインナー、ハ ム、切れてるチーズ	みかん、きゅうり、にんじ ん、はくさい、だいごん、 ねぎ、にら、しょうが	スキムミルク りんご	20 土	肉うどん バナナ	プチクリームパン 麦茶	干しうどん、砂糖	牛肉(もも)、卵、かま ぼこ、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、にん じん、葉ねぎ	牛乳 みかん	
6 土	けんちんうどん バナナ	カットロール 麦茶	干しうどん、さといも、 片栗粉、ごま油	鶏もも肉、いわし(煮 干し)	バナナ、だいごん、にん じん、ねぎ	牛乳 みかん	21 日	/						
7 日	/						22 月	五分米 りんご ポークチャップ じゃが芋の塩昆布バター 野菜スープ	牛肉とごぼうの混ぜご飯 お茶	半つき米、じゃがい も、砂糖、油	豚肉、牛肉(肩)、バ ター	りんご、たまねぎ、にんじ ん、キャベツ、ごぼう、し めじ、塩こんぶ、干ししい たけ	スキムミルク バナナ	
8 月	五分米 ビーフシチュー スパゲティサラダ りんご	野菜クラッカー スキムミルク	半つき米、じゃがい も、小麦粉、スパゲ ティ、マヨネーズ、オ リーブ油、油、砂糖	牛肉(もも)、脱脂粉 乳、卵、ハム、ごま	りんご、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、しめじ、ブ ロッコリー、ほうれんそう	スキムミルク バナナ	23 火	天皇誕生日						
9 火	わかめごはん ロールキャベツ もやしとニラのごまダレ みかん	さつま芋のガレット スキムミルク	半つき米、さつまい も、砂糖、ねりごま	ベーコン、豚ひき肉、 脱脂粉乳、卵、牛 乳、切れてるチーズ、 無塩バター	キャベツ、みかん、もや し、たまねぎ、にんじん、 にら、干ししいたけ、しよ うが	スキムミルク りんご	24 水	五分米 バナナ ハニーマスタードチキン ビーフンの梅肉和え みそ汁(豆腐)	りんごのシュガーパイ スキムミルク	半つき米、ビーフン、 グラニュー糖、はちみ つ	鶏もも肉(皮付き)、 木綿豆腐、脱脂粉 乳、米みそ(淡色辛 みそ)、ハム、油揚 げ、いわし(煮干し)	バナナ、たまねぎ、りん ご、きゅうり、にんじん、 葉ねぎ、うめ干し、カッ トわかめ	スキムミルク パイナップル	
10 水	五分米 バナナ 鮭の塩焼き 凍り豆腐のふわふわ煮 豚汁	焼きおにぎり 麦茶	半つき米、さといも、 板こんにやく、砂糖、 ごま油	さけ、卵、豚肉、米み そ(淡色辛みそ)、凍 り豆腐、米みそ(甘み そ)、いわし(煮干し)、 すりごま	バナナ、にんじん、だい ごん、ごぼう、ねぎ、トウ モロコシ(芽ばえ)、干ししい たけ	スキムミルク パイナップル	25 木	お弁当の日 						
11 木	建国記念日						26 金	五分米 みかん 魚のピザ焼き カリフラワーとじゃが芋のカレー炒め のっぺい汁(鶏肉)	麩の黒糖ラスク スキムミルク	半つき米、じゃがい も、焼ふ、板こんにやく、 黒砂糖、砂糖、マ ヨネーズ、片栗粉	あじ、鶏もも肉、脱脂 粉乳、ピザ用チー ズ、ウインナー、バター、 油揚げ、いわし(煮干 し)	みかん、たまねぎ、だい ごん、コーン(冷凍)、カリ フラワー、ごぼう、ピーマ ン、にんじん、ねぎ	スキムミルク りんご	
12 金	五分米 パイナップル チーズ入り竹輪の磯辺揚げ 野菜炒め みそ汁(かぼちゃ)	お好み焼き スキムミルク	半つき米、お好み焼 き粉、天ぷら粉、油、 マヨネーズ、砂糖	ちくわ、豚肉(ばら)、 脱脂粉乳、切れてる チーズ、ベーコン、 卵、米みそ(淡色辛 みそ)、油揚げ、さくら	キャベツ、パイナップル、 たまねぎ、かぼちゃ、も やし、にんじん、ピーマ ン、あおのり、葉ねぎ	スキムミルク りんご	27 土	しょうゆラーメン バナナ	メロンパン 麦茶	干し中華めん、ごま 油	豚肉(肩)	バナナ、キャベツ、たま ねぎ、にんじん、万能ね ぎ	牛乳 みかん	
13 土	きのこのクリームスパゲティ バナナ	リングドーナツ 麦茶	スパゲティ	牛乳、生クリーム、 ベーコン	たまねぎ、バナナ、キャ ベツ、エリンギ、しめじ、 えのきたけ	牛乳 みかん	28 日	/						
14 日	/						1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)							
							エネルギー		513 kcal		鉄		2.3 mg	
							たんぱく質		19.7 g		カルシウム		171 mg	
							脂質		15.2 g		ビタミンC		27 mg	
							塩分		2.0 g		食物繊維		3.8 g	
15 月	五分米 りんご 筑前煮 納豆和え みそ汁(しめじ)	じゃこトースト スキムミルク	半つき米、食パン、板 こんにやく、さといも、 マヨネーズ、油、砂糖	揚げ豆腐、納豆、鶏 もも肉(皮付き)、脱 脂粉乳、ピザ用チー ズ、米みそ(淡色辛 みそ)、釜揚げしら	りんご、だいごん、にんじ ん、もやし、しめじ、れん ごん、ごぼう、たまねぎ、 だいごん(たくあん)、に ら、いんげん、干ししい た	スキムミルク バナナ								

★ だし汁は昆布とiriこを使っています
★ 仕入れによって材料が異なる場合があります