



2025年2月離乳食だより



	献立名	材料名(昼食・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	おやつ
1 (土)	白がゆ 八宝菜	米	鶏ささみ	白菜・人参・チンゲン菜 玉ネギ	ぶどうゼリー
3 (月)	芋がゆ 豆腐の中華煮	米・さつまい	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・ほうれん草 パプリカ・バナナ	バナナ
4 (火)	白がゆ トマトシチュー	米・マカロニ	鶏ミンチ	トマト・玉ネギ・人参・なす 南瓜	マンナ
5 (水)	白がゆ 鮭のみぞれ煮	米	鮭	大根・小松菜・人参	紫芋せんべい
6 (木)	白がゆ じゃが芋のトマト煮	米・じゃが芋	白身魚	玉ネギ・人参・トマト ほうれん草	豆乳クッキー
7 (金)	しらすがゆ おでん風	米・じゃが芋	しらす・鶏ささみ	大根・人参	野菜ゼリー
8 (土)	白がゆ 里芋のそぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・人参・チンゲン菜 みかん缶	みかん
10 (月)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米・さつまい 蒸しパンミックス	高野豆腐	玉ネギ・人参・小松菜	蒸しパン
12 (水)	白がゆ 大豆のスープ	米・さつまい	大豆	玉ネギ・人参・パプリカ 大根・ブロッコリー	ふかし芋
13 (木)	白がゆ すき焼き風煮	米・すきふ・パン	鶏ささみ・焼豆腐	白菜・玉ネギ・人参	ロールパン
14 (金)	白がゆ 白身魚とほうれん草ソテー	米	白身魚	ほうれん草・玉ネギ・人参 バナナ	バナナ
15 (土)	白がゆ ツナと白菜の煮付	米	ツナ缶・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	ハイハイ
17 (月)	白がゆ 大豆とひじき煮	米・さつまい	大豆	ひじき・人参	ウエハース
18 (火)	白がゆ 白身魚のトマト煮込み	米	白身魚	トマト・大根・玉ネギ・人参 ほうれん草	かぼちゃポーロ
19 (水)	白がゆ 南瓜の煮もの	米・さつまい	鶏ミンチ・高野豆腐	南瓜・玉ネギ・人参	ふかし芋
20 (木)	白がゆ しらすうどん	米・うどん	しらす	玉ネギ・人参・白菜・大根 みかん缶	みかん
21 (金)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ブロッコリー キャベツ・パプリカ	マリー
22 (土)	そぼろあんかけ丼	米	鶏ミンチ	小松菜・玉ネギ・人参 なす	星たべよ
25 (火)	白がゆ 大根と里芋のそぼろあん	米・里芋	鶏ミンチ	大根・人参・なす・小松菜	ビスコ
26 (水)	しらすがゆ 鶏ささみの和えもの	米	鶏ささみ・豆腐・しらす	ほうれん草・人参・バナナ	バナナ
27 (木)	白がゆ 豆乳のマカロニスープ	米・マカロニ・パン	豆乳・鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ブロッコリー パプリカ	ロールパン
28 (金)	白がゆ じゃが芋のひじき煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	ひじき・人参・玉ネギ・小松菜	りんごゼリー

※紀の川農園の無農薬のお米を使っています

