



## 2026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
2 (月)	白がゆ すき焼き風煮	米・すきふ・蒸しパンミックス さつま芋	焼き豆腐・鶏ミンチ	人参・玉ねぎ・白菜	さつま芋蒸しパン
3 (火)	白がゆ かぶのみぞれ煮	米・里芋	ツナ缶	かぶ・かぶの葉・人参	ビスケット
4 (水)	白がゆ しらすうどん	米・うどん	しらす	人参・玉ねぎ・白菜・南瓜	桃ゼリー
5 (木)	白がゆ ほうれん草の味噌汁	米・じゃが芋・ふ	鶏ささみ	ほうれん草・玉ねぎ・人参	ハイハイン
6 (金)	白がゆ 大根ポトフ	米・マカロニ	鶏ミンチ	大根・キャベツ・玉ねぎ・人参	バナナ
7 (土)	野菜おじや	米・さつま芋	鶏ささみ	玉ねぎ・人参・小松菜	豆乳クッキー
9 (月)	白がゆ なすの中華煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ・豆腐	なす・玉ねぎ・人参 チンゲン菜・パプリカ	りんごゼリー
10 (火)	白がゆ 赤魚のあんかけ	米	赤魚	玉ねぎ・人参・ほうれん草 ひじき	星たべよ
12 (木)	白がゆ 大根そぼろ煮	米	鶏ミンチ・豆腐	玉ねぎ・人参・大根	マリー
13 (金)	白がゆ 白菜の豆乳スープ	米	豆乳・豆腐・鶏ミンチ	白菜・パプリカ・玉ねぎ・人参	みかん缶
14 (土)	中華丼風	米	鶏ミンチ	白菜・人参・玉ねぎ チンゲン菜	おさつスナック
16 (月)	白がゆ 高野豆腐の煮物	米・さつま芋	高野豆腐	玉ねぎ・人参・小松菜	動物ビスケット
17 (火)	白がゆ 白身魚のソテー	米	白身魚	玉ねぎ・人参・ほうれん草 大根	パン
18 (水)	白がゆ ちゃんこうどん	米・うどん	鶏ミンチ・豆腐	白菜・小松菜・玉ねぎ・人参 南瓜	バナナ
19 (木)	白がゆ かぶの煮物	米・里芋	鶏ミンチ	かぶ・なす・玉ねぎ・人参	ハイハイン
20 (金)	白がゆ チンゲン菜のスープ	米・じゃが芋	ツナ缶・豆腐	チンゲン菜・玉ねぎ・人参 パプリカ	野菜ゼリー
21 (土)	しらすのおじや	米	しらす	ほうれん草・玉ねぎ・人参 南瓜	紫芋せんべい
24 (火)	白がゆ トマトシチュー	米・マカロニ・じゃが芋	鶏ささみ	トマト・玉ねぎ・人参 キャベツ	お米パフ
25 (水)	白がゆ 大豆の煮物	米・さつま芋	大豆・高野豆腐	玉ねぎ・人参・ひじき	ビスコ
26 (木)	白がゆ 南瓜うどん	米・うどん	しらす	南瓜・玉ねぎ・ほうれん草 人参	ぶどうゼリー
27 (金)	白がゆ 豆腐の中華煮	米	豆腐・鶏ミンチ	玉ねぎ・人参・なす・トマト	ふかし芋
28 (土)	ひじきのおじや	米・じゃが芋	鶏ミンチ	ひじき・玉ねぎ・人参 小松菜	南瓜ボーロ

※紀の川農園の無農薬のお米を使っています

