

## ★☆☆ 2月 離乳食 初期☆☆★

	日	月	火	水	木	金	土
昼食		1 お粥 豆腐とろとろ	2 かぼちゃ粥 しらす和え	3 さつまいも粥 うどん煮込み	4 お粥 野菜とろとろ	5 お粥 マッシュポテト	6 お粥 トマト和え
		小松菜 豆腐 にんじん 玉ねぎ	青梗菜 にんじん しらす	たまねぎ にんじん うどん 昆布だし	キャベツ 人参 大根 きゅうり	じゃがいも 玉ねぎ 豆腐 人参	ブロッコリー トマト コーン
昼食	7 ミルクパン粥 コーン和え	8 お粥 魚のとろとろ煮	9 お粥 豆腐和え	10 トマトミルクパン粥 野菜とろとろ	11 にんじん粥 野菜とろとろ	12 お粥 バナナ和え	13 お粥 豆腐和え、オレンジ
	白菜 小松菜 にんじん コーン	カレー 水菜 玉ねぎ 人参 キャベツ	かぼちゃ 小松菜 豆腐	ほうれん草 コーン 玉ねぎ にんじん	きゅうり 小松菜 玉ねぎ	キャベツ にんじん 玉ねぎ バナナ	キャベツ 人参 コーン 豆腐
昼食	14 お粥 おろし和え	15 お粥 野菜とろとろ	16 お粥 おいものマッシュ	17 かぼちゃ粥 うどん煮込み	18 ミルクパン粥 マッシュポテト	19 しらす粥 おろし煮	20 お粥 お豆腐和え
	にんじん コーン ブロッコリー 大根	小松菜 にんじん きゅうり コーン	さつまいも 青梗菜 にんじん 玉ねぎ	うどん キャベツ 人参 玉ねぎ 昆布だし	じゃがいも 小松菜 にんじん コーン	キャベツ にんじん きゅうり 大根	ほうれん草 にんじん 豆腐
昼食	21 お粥 マッシュポテト	22 お粥 野菜とろとろ	23 青梗菜のお粥 おいもとろとろ	24 ミルクパン粥 かぼちゃのマッシュ	25 お粥 野菜和え	26 お粥 魚のおろし煮	27 かぼちゃ粥 野菜の白和え
	じゃがいも きゅうり にんじん コーン	ほうれん草 にんじん 大根 玉ねぎ	じゃがいも にんじん 玉ねぎ	かぼちゃ 玉ねぎ にんじん トマト缶	キャベツ きゅうり にんじん コーン	カレー ほうれん草 人参 大根 昆布だし 片栗粉	ほうれん草 玉ねぎ にんじん 豆腐
昼食	28 お粥 野菜とろとろ						
	ブロッコリー トマト コーン にんじん						

## ★☆☆ 2月 離乳食 中期☆☆★

	日	月	火	水	木	金	土
昼食		1 お粥 豆腐とろとろ	2 かぼちゃ粥 しらす和え	3 さつまいも粥 うどん煮込み	4 お粥 野菜とろとろ	5 お粥 マッシュポテト	6 お粥 鶏の煮込み
		小松菜 豆腐 鶏もも にんじん 玉ねぎ	青梗菜 にんじん しらす	たまねぎ にんじん 鮭 うどん 昆布だし	キャベツ 人参 大根 きゅうり	じゃがいも 玉ねぎ 豆腐 人参	鶏ミンチ じゃがいも ブロッコリー にんじん
おやつ		ベビーせんべい	りんご	ウエハース	バナナ	みかん	バナナ
昼食	7 ミルクパン粥 コーン和え	8 お粥 魚のとろとろ煮	9 お粥 豆腐和え	10 トマトミルクパン粥 野菜とろとろ	11 にんじん粥 野菜とろとと煮	12 お粥 バナナ和え	13 お粥 豆腐和え、オレンジ
	白菜 小松菜 にんじん コーン	カレイ 水菜 玉ねぎ 人参 キャベツ	かぼちゃ 小松菜 豆腐	ほうれん草 コーン 玉ねぎ にんじん 鶏もも	鶏ミンチ 小松菜 玉ねぎ 人参 昆布だし	キャベツ にんじん 玉ねぎ バナナ	キャベツ 人参 鶏ミンチ 豆腐
おやつ	みかんヨーグルト	りんご	バナナ	ベビーせんべい	りんご	ベビーせんべい	ベビーせんべい
昼食	14 お粥 おろし煮	15 お粥 野菜とろとろ	16 お粥 おいものマッシュ	17 かぼちゃ粥 うどん煮込み	18 ミルクパン粥 マッシュポテト	19 しらす粥 おろし煮	20 お粥 魚のお豆腐和え
	タラ にんじん 昆布だし ブロッコリー 大根	小松菜 にんじん きゅうり コーン	さつまいも 青梗菜 にんじん 玉ねぎ	うどん キャベツ 人参 玉ねぎ 昆布だし	じゃがいも 小松菜 にんじん コーン	キャベツ にんじん 大根 鶏もも 昆布だし	ほうれん草 にんじん 豆腐 さわら
おやつ	バナナヨーグルト	みかん	ベビーせんべい	ふかしいも	かぼちゃコロコロ	ベビーせんべい	ベビーせんべい
昼食	21 お粥 マッシュポテト	22 お粥 野菜とろとろ	23 青梗菜のお粥 おいものとろとろ	24 ミルクパン粥 かぼちゃのマッシュ	25 お粥 野菜和え	26 お粥 魚のおろし煮	27 かぼちゃ粥 野菜の白和え
	じゃがいも きゅうり にんじん コーン	ほうれん草 にんじん 大根 玉ねぎ	じゃがいも にんじん 玉ねぎ 鶏もも	かぼちゃ 玉ねぎ にんじん トマト缶	キャベツ きゅうり にんじん コーン	カレイ ほうれん草 人参 大根 昆布だし 片栗粉	ほうれん草 玉ねぎ にんじん 豆腐
おやつ	バナナ	ウエハース	コーンのお焼き	りんごヨーグルト	たまごボーロ	みかん	ベビーせんべい
昼食	28 お粥 野菜とろとろ						
	ブロッコリー トマト コーン にんじん						
おやつ	ふかしいも						

☆☆2月 離乳食 後期・完了期☆☆

	日	月	火	水	木	金	土	
昼食		1 お粥 麻婆豆腐 春雨スープ	2 お粥 野菜炒め かぼちゃのみそ汁	3 グリンピースおにぎり 鮭煮込みうどん オレンジ	4 お粥 お焼き 野菜スープ	5 お粥 鶏の照り焼き じゃがいものみそ汁	6 お粥 野菜炒め みそ汁	
		豆腐 豚ミンチ 玉ねぎ 人参 みそ 濃口 砂糖/春雨 小松菜 だし 薄口	高野豆腐 豚もも 青梗菜 砂糖 濃口/かぼちゃ 人参 しめじ だし みそ	グリンピース お粥 塩 鮭 うどん 玉ねぎ 人参 枝豆 だし みそ 砂糖	小麦粉 豚もも 豆腐 キャベツ もやし 塩 小松菜 玉ねぎ 人参 だし 薄口	鶏もも 濃口 砂糖 じゃがいも にんじん 玉ねぎ だし みそ	鶏ミンチ れんこん ネギ ひじき 濃口 砂糖 じゃがいも 玉ねぎ 人参 みそ	
おやつ		ベビーせんべい	りんご	ウエハース	バナナ	みかん	バナナ	
昼食		7 食パン ミートボール ミルクスープ	8 お粥 魚のバーベキュー 厚揚げのみそ汁	9 お粥 ごま炒め なめこのみそ汁	10 ロールパン クリームパスタ トマトスープ	11 お粥 チキンソテー ワンタン風スープ	12 ハヤシライス風 コンソメスープ バナナ	13 ねぎみそ丼 かきたま汁 オレンジ
		豚ミンチ 玉ねぎ 人参 麩 塩コショウ ケチャップ 白菜 玉ねぎ 人参 牛乳 塩こしょう	カレー ケチャップソース 厚揚げ 水菜 玉ねぎ 人参 だし みそ	豚もも もやし ねぎ 人参 キャベツ ごま 濃口 薄口 なめこ 豆腐 だし みそ	パスタ 白菜 しめじ 人参 塩こしょう 牛乳 小麦粉 トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 スープ	鶏もも 濃口 砂糖 ぎょうざの皮 ミンチ 玉ねぎ 人参 スープ	豚もも 玉ねぎ 人参 しめじ ケチャップ ソース 砂糖 小麦粉 キャベツ 玉ねぎ 人参 スープ	鶏ミンチ 豆腐 ねぎ ピーマン キャベツ 人参 みそ 濃口 砂糖 卵 玉ねぎ いんげん しいたけ だし 薄口
おやつ	みかんヨーグルト	りんご	バナナ	ベビーせんべい	りんご	ベビーせんべい	ベビーせんべい	
昼食		14 お粥 魚のコーンマヨ焼き 豚汁	15 お粥 鶏の照り焼き すまし汁	16 お粥 野菜みそ炒め 青梗菜のみそ汁	17 ひじきおにぎり 焼うどん もやしスープ	18 食パン ポテトグラタン ミネストローネ	19 お粥 鶏のケチャップ焼き 呉汁	20 お粥 魚の梅焼き すまし汁
		タラ コーン マヨネーズ 豚もも 大根 人参 里芋 厚揚げ だし みそ	鶏もも 濃口 砂糖 卵豆腐 小松菜 にんじん だし 薄口	厚揚げ ピーマン しめじ みそ 濃口 砂糖 青梗菜 にんじん 玉ねぎ だし みそ	豚もも 玉ねぎ 人参 キャベツ ねぎ 濃口 薄口/もやし いら きくらげ だし 薄口	じゃがいも 玉ねぎ 人参 コーン バター 小麦粉 チーズ 塩 トマト缶 キャベツ 玉ねぎ 人参 ケチャップ	鶏もも ケチャップ 砂糖 大豆 里芋 大根 人参 だし みそ	さわら 梅干し 砂糖 豚もも 大根 人参 里芋 だし薄口
おやつ	バナナヨーグルト	みかん	ベビーせんべい	ふかしいも	かぼちゃココロコ	ベビーせんべい	ベビーせんべい	
昼食		21 お粥 バター醤油炒め じゃが芋のみそ汁	22 ビビンバ風ごはん わかめスープ みかん	23 お粥 鶏のキャロット焼き 青梗菜のみそ汁	24 食パン ミートスパゲティ コンソメスープ	25 お粥 鶏のカレー風味焼き ミルクポトフ	26 ひじきごはん 魚の香味焼き 野菜スープ	27 焼肉丼 かぼちゃのみそ汁 お浸し
		豚もも 玉ねぎ 人参 大根 バター 濃口 砂糖 じゃがいも 玉ねぎ 人参 みそ	豚ミンチ ほうれん草 人参 もやし 大根 濃口 砂糖 わかめ 玉ねぎ 人参 だし 薄口	鶏もも 人参 マヨネーズ 塩 チンゲン菜 しいたけ えのき 人参 だし みそ	パスタ ミンチ 玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン ケチャップ 砂糖 ソース/レタス 玉ねぎ 人参 スープ	鶏もも カレー粉 砂糖 ブロッコリー コーン しめじ 人参 牛乳 スープ 塩	カレー みそ ごま 砂糖 ほうれん草 玉ねぎ 人参 スープ 薄口	豚もも ピーマン 玉ねぎ 人参 濃口 砂糖/かぼちゃ わかめ 玉ねぎ だし みそ/ほうれん草 薄口 だし
おやつ	バナナ	ウエハース	コーンのお焼き	りんごヨーグルト	たまごボーロ	みかん	ベビーせんべい	
昼食		28 お粥 鶏のネギ焼き 厚揚げのみそ汁						
		鶏もも ネギ 薄口 砂糖 厚揚げ 水菜 玉ねぎ にんじん だし みそ						
おやつ	ふかしいも							