

令和8年 2月分 離乳食献立表

晴見保育園

日	曜	前期食(ごっくん)	中期食(もぐもぐ)		後期食(かみかみ)	
		午 前(10:00)	午 前 (10:00)	午 後 (14:00)	午 前 (10:00)	午 後 (14:00)
2日	月	10倍粥 魚と野菜のマッシュ すまし汁	7倍粥 魚の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 すまし汁	野菜ピラフ粥 鶏の煮物 お浸し 味噌汁	5倍粥 魚の野菜あんかけ かぼちゃの煮物 すまし汁	野菜ピラフ粥 鶏の煮物 お浸し つみれ汁
16日				ゆかり7倍粥 鶏と大根の煮物 もやし煮 味噌汁		ゆかり5倍粥 鶏と大根の煮物 もやし煮 味噌汁
3日	火	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ 野菜スープ	煮込みうどん 肉団子の煮物 野菜煮	わかめ7倍粥 魚の煮物 春雨煮 味噌汁	煮込みうどん 肉団子の煮物 野菜スティック	わかめ5倍粥 さばの煮物 春雨煮 味噌汁
17日				7倍粥 鮭の柚庵煮 ほうれん草煮 呉汁		5倍粥 鮭の柚庵煮 ほうれん草煮 呉汁
4日	水	10倍粥 魚と野菜のマッシュ だし汁	7倍粥 魚のコーン煮 人参グラッセ 味噌汁	豆乳担々うどん煮 金平煮 きゅうり煮	5倍粥 魚のコーン煮 人参グラッセ 味噌汁	豆乳担々うどん煮 金平煮 きゅうり煮
18日				きのこうどん煮 肉団子の煮物 きゅうり煮		きのこうどん煮 肉団子の煮物 きゅうり煮
5日	木	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ すまし汁	7倍粥 豆腐の味噌煮 野菜煮 すまし汁	パン粥 ハンバーグ煮 ポテトサラダ煮 スープ	5倍粥 豆腐の味噌煮 野菜スティック すまし汁	トースト ハンバーグ煮 ポテトサラダ煮 スープ
19日				パン粥 キッシュ煮 カリフラワー煮 スープ		トースト キッシュ煮 カリフラワー煮 スープ
6日	金	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ 野菜スープ	7倍粥 じゃが芋のお焼き 大根の煮物 野菜スープ	7倍粥 チンジャオロース煮 野菜煮 味噌汁	5倍粥 じゃが芋のお焼き 大根の煮物 野菜スープ	5倍粥 チンジャオロース煮 野菜煮 味噌汁
20日				7倍粥 厚揚げ煮 小松菜の煮物 スープ		5倍粥 厚揚げ煮 小松菜の煮物 スープ
7日	土	きなこ10倍粥 魚と野菜のマッシュ だし汁	きなこ7倍粥 魚のみぞれ煮 さつま芋の甘煮 味噌汁	きつねうどん煮 キャベツ煮	きなこ5倍粥 魚のみぞれ煮 さつま芋の甘煮 味噌汁	きつねうどん煮 キャベツ煮
21日				にゅうめん じゃが芋煮		にゅうめん ツナじゃが煮
9日	月	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ すまし汁	味噌煮込みうどん 豆腐の野菜あんかけ 野菜煮	7倍粥 肉じゃが煮 野菜煮 スープ	味噌煮込みうどん 豆腐の野菜あんかけ 野菜スティック	5倍粥 肉じゃが煮 野菜煮 スープ
10日	火	10倍粥 魚と野菜のマッシュ すまし汁	パン粥 魚の野菜あんかけ 人参グラッセ すまし汁	納豆7倍粥 鶏の煮物 大根の煮物 田舎汁	トースト 魚の野菜あんかけ 人参グラッセ すまし汁	納豆5倍粥 鶏の煮物 大根の煮物 田舎汁
24日				7倍粥 鶏のしょうが煮 もやし煮 スープ		5倍粥 豚のしょうが煮 もやし煮 スープ
25日	水	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ だし汁	5倍粥 ハンバーグ煮 野菜スティック 味噌汁	焼きうどん煮 かぼちゃ煮 かきたま汁	5倍粥 ハンバーグ煮 野菜スティック 味噌汁	焼きうどん煮 かぼちゃ煮 かきたま汁
12日	木	10倍粥 豆腐のマッシュ だし汁	7倍粥 豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 味噌汁	パン粥 魚のトマト煮 キャベツ煮 スープ	5倍粥 豆腐の煮物 かぼちゃの煮物 味噌汁	トースト 魚のトマト煮 キャベツ煮 スープ
26日				パン粥 なすのチーズ煮 野菜煮 スープ		トースト なすのチーズ煮 野菜煮 スープ
13日	金	10倍粥 豆腐と野菜のマッシュ 野菜スープ	パン粥 豆腐のトマト煮 野菜煮 野菜スープ	7倍粥 松風焼き煮 ブロッコリー煮 味噌汁	トースト 豆腐のトマト煮 野菜スティック 野菜スープ	5倍粥 松風焼き煮 ブロッコリー煮 味噌汁
27日				7倍粥 魚のねぎ味噌煮 野菜煮 味噌汁		5倍粥 かじきのねぎ味噌煮 野菜煮 味噌汁
14日	土	10倍粥 魚のマッシュ すまし汁	7倍粥 魚の味噌煮 野菜煮 すまし汁	鶏南蛮うどん煮 里芋と厚揚げの煮物	5倍粥 魚の味噌煮 野菜スティック すまし汁	鶏南蛮うどん煮 里芋と厚揚げの煮物
28日				肉うどん煮 さつま芋の煮物		肉うどん煮 さつま芋の煮物



暦の上では春ですが、まだまだ寒い日が続きますね。冬は空気が乾燥している為、寒い時期でもこまめな水分補給が大切です。しっかり食べて、たくさん遊び、十分な睡眠を心がけ、風邪などの感染症に負けない元気な毎日を過ごしましょう。

