

## 令和7年度 2月 離乳食献立表

日/曜	5~6ヶ月頃 なめらかにすりつぶした状態 ※たんぱく源は6ヶ月からです。	7~8ヶ月頃 舌でつぶせる固さ	9~11ヶ月頃 歯ぐきでつぶせる固さ
2・16日 月	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (大根 人参 ジャガイモ)	やわらか粥 高野豆腐と野菜のくず煮 (高野豆腐 大根 人参 ジャガイモ) 和え物(キャベツ きゅうり 人参)	お粥～軟飯 やわらかおでん (高野豆腐 大根 人参 ジャガイモ) 和え物(キャベツ きゅうり 人参)
3・17日 火	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 玉ねぎ 人参)	やわらか粥 魚と野菜のくず煮 (魚 キャベツ 玉ねぎ 人参) かきたま味噌汁(卵黄 玉ねぎ 人参)	お粥～軟飯 魚と野菜の煮物 (魚 キャベツ 玉ねぎ 人参) かきたま味噌汁(卵 玉ねぎ 人参)
4・18 水	うどんのくたくた煮 (うどん 玉ねぎ 人参 小松菜)	やわらか味噌煮込みうどん (うどん 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 小松菜) ジャガイモの煮物(ジャガイモ)	味噌煮込みうどん (うどん 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 小松菜) ジャガイモの煮物(ジャガイモ)
5・19 木	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 (豆腐 白菜 人参)	やわらか粥 焼き豆腐と野菜のくず煮 (豆腐 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ) 味噌汁(大根 わかめ)	お粥～軟飯 すき焼き風煮 (焼き豆腐 豚肉 白菜 人参 玉ねぎ) 味噌汁(大根 わかめ)
6・20 金	つぶし粥 野菜のマッシュ (白菜 人参 大根)	やわらか粥 鶏肉と野菜のくず煮 (鶏肉 大根 人参) ミルクスープ(白菜 人参)	お粥～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉 大根 人参) ミルクスープ(白菜 人参)
7・21 土	パン粥 野菜のマッシュ(玉ねぎ 人参)	やわらかミルクパン粥 (食パン ツナ缶 玉ねぎ 人参) つぶし果物(果物)	ミルクパン粥 (食パン ツナ缶 玉ねぎ 人参) 刻み果物(果物)
9 月	うどんのくたくた煮 (うどん 大根 人参 小松菜)	やわらかけんちんうどん (うどん 大根 人参 小松菜 豆腐) かぼちゃの含め煮(かぼちゃ)	けんちんうどん (うどん 大根 人参 小松菜 豆腐) かぼちゃの含め煮(かぼちゃ)
10・24 火	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 人参 ほうれん草)	やわらか粥 野菜と卵黄のふわふわ煮 (卵黄 豚肉(10日) ツナ缶(24日) キャベツ 人参 おかか) 味噌汁(豆腐 ほうれん草)	お粥～軟飯 野菜と卵の炒め物 (卵 豚肉(10日) ツナ缶(24日) キャベツ 人参 おかか) 味噌汁(豆腐 ほうれん草)
25 水	つぶし粥 野菜のマッシュ (ジャガイモ 玉ねぎ 人参)	やわらか粥 豚肉と野菜のケチャップ煮 (豚肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) つぶし果物(果物)	お粥～軟飯 トマトシチュー (豚肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) 刻み果物(果物)
12 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (ジャガイモ 玉ねぎ チンゲン菜)	やわらか粥 ツナと野菜のくず煮 (ツナ缶 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) すまし汁(焼き麩 チンゲン菜)	お粥～軟飯 ツナじゃが (ツナ缶 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) すまし汁(焼き麩 チンゲン菜)
26 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (ジャガイモ 玉ねぎ チンゲン菜)	やわらか粥 豚肉と野菜のくず煮 (豚肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) すまし汁(焼き麩 チンゲン菜)	お粥～軟飯 肉じゃが (豚肉 ジャガイモ 玉ねぎ 人参) すまし汁(焼き麩 チンゲン菜)
13・27 金	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 玉ねぎ チンゲン菜)	やわらか粥 魚と野菜のくずあんかけ (魚 人参 玉ねぎ チンゲン菜) 野菜スープ(人参 カットわかめ)	お粥～軟飯 魚と野菜のあんかけ (魚 人参 玉ねぎ チンゲン菜) 野菜スープ(人参 カットわかめ)
14・28 土	そうめんのくたくた煮 (素麺 人参 玉ねぎ)	やわらかトマトスパゲティ (スパゲティ ツナ缶 人参 玉ねぎ) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)	トマトスパゲティ (スパゲティ ツナ缶 人参 玉ねぎ) 野菜スープ(玉ねぎ 人参)
節分	つぶし粥 野菜のマッシュ (玉ねぎ 人参 ジャガイモ)	やわらか粥 豚ひき肉と野菜のミルク煮 (豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ) のりサラダ(ほうれん草 もやし 人参 のり)	お粥～軟飯 ホワイトシチュー (豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ジャガイモ) のりサラダ(ほうれん草 もやし 人参 のり)
誕生会	人参入りつぶし粥 野菜のマッシュ (ジャガイモ 玉ねぎ ブロッコリー)	人参やわらか粥(人参) 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏肉 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー) 野菜スープ(玉ねぎ 小松菜)	人参お粥～人参軟飯(人参) ポテトグラタン風 (鶏肉 玉ねぎ ジャガイモ ブロッコリー 小麦粉 チーズ) 野菜スープ(玉ねぎ 小松菜)

豚

※当園では、離乳食の提供は中期(生後7~8か月頃)からを基本としています。  
ご家庭で初期のペースト状の離乳食を進めていただき、食べ慣れてきた段階で提供を開始いたします。お子様一人ひとりの消化機能に配慮し、食材チェック表で食べた食材・アレルギー・食べ方の様子を共有しながら進めてまいります。  
ご不安な点等ございましたら園にご相談ください。