

令和6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
1・15日 土	素麺のくたくた煮 (素麺 人参 玉ねぎ)	やわらか野菜スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ) つぶし果物(果物)	野菜スパゲティ (スパゲティ 人参 玉ねぎ) 刻み果物(果物)
3・17日 月	つぶし粥 野菜のマッシュ (玉ねぎ 人参 じゃがいも)	やわらか粥 野菜と卵黄のふわふわ煮 (ツナ缶 卵黄 玉ねぎ 人参) 野菜スープ(じゃがいも 玉ねぎ)	お粥～軟飯 ツナ入り卵焼き (ツナ缶 卵 玉ねぎ 人参) 野菜スープ(じゃがいも 玉ねぎ)
4・18日 火	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 玉ねぎ 小松菜)	やわらか粥 鶏肉と野菜の味噌くず煮 (鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも) すまし汁(大根 わかめ)	お粥～軟飯 鶏肉と野菜の味噌煮 (鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも) すまし汁(大根 わかめ)
5・19日 水	つぶし粥 野菜のマッシュ (じゃがいも 人参 玉ねぎ)	やわらか粥 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも) つぶし果物(果物)	お粥～軟飯 ミルクシチュー (鶏肉 人参 玉ねぎ じゃがいも) 刻み果物(果物)
6・20日 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (玉ねぎ 人参 ほうれん草)	やわらか粥 豚肉と野菜のケチャップくず煮 (豚肉 玉ねぎ 人参) スープ(豆腐 わかめ)	お粥～軟飯 豚肉と野菜のケチャップ煮 (豚肉 玉ねぎ 人参) スープ(豆腐 わかめ)
7・21日 金	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (大根 小松菜 人参)	やわらか粥 白身魚と野菜のくず煮 (白身魚 大根 人参) 味噌汁(玉ねぎ)	お粥～軟飯 白身魚と野菜の煮物 (白身魚 大根 人参) 味噌汁(玉ねぎ)
8・22日 土	パン粥 野菜のマッシュ (じゃがいも 人参)	やわらかミルクパン粥 (食パン ツナ缶 人参) つぶし果物(果物)	ミルクパン粥 (食パン ツナ缶 人参) 刻み果物(果物)
10日 月	うどんのくたくた煮 (うどん ほうれん草 じゃがいも 人参)	やわらか煮込みうどん (うどん ほうれん草 人参) 野菜の煮物 (じゃがいも 人参)	煮込みうどん (うどん ほうれん草 人参) 野菜の煮物 (じゃがいも 人参)
25日 火	つぶし粥 豆腐のつぶし煮 (豆腐 玉ねぎ 人参)	やわらか粥 豆腐と野菜のくず煮 (豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ) 味噌汁(じゃがいも)	お粥～軟飯 豆腐と野菜のそぼろ煮 (豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ) 味噌汁(じゃがいも)
12・26日 水	パン粥 野菜のマッシュ (かぼちゃ 人参 玉ねぎ)	パン粥 鶏肉と野菜のミルク煮 (鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ) つぶし果物(果物)	パン粥～パン かぼちゃシチュー (鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ) 刻み果物(果物)
13・27日 木	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 キャベツ 玉ねぎ)	やわらか粥 豚肉と野菜のくず煮 (豚肉 人参 キャベツ 玉ねぎ) 味噌汁(もやし)	お粥～軟飯 豚肉と野菜の煮物 (豚肉 人参 キャベツ 玉ねぎ) 味噌汁(もやし)
14・28日 金	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (人参 玉ねぎ 小松菜)	やわらか粥 豚肉と野菜のくず煮 (豚肉 もやし 人参) スープ(玉ねぎ 小松菜)	お粥～軟飯 豚肉と野菜の煮物 (豚肉 もやし 人参) スープ(玉ねぎ 小松菜)
節分	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (玉ねぎ キャベツ 人参)	やわらか粥 鶏肉と野菜のくず煮 (鶏ひき肉 キャベツ 人参) 味噌汁(玉ねぎ 焼き麩)	お粥～軟飯 鶏肉と野菜のそぼろ煮 (鶏ひき肉 キャベツ 人参) 味噌汁(玉ねぎ 焼き麩)
誕生会	つぶし粥 野菜のつぶし煮 (キャベツ 人参 じゃがいも)	やわらか粥 豚肉と野菜のくず煮 (豚肉 キャベツ 人参) すまし汁(じゃがいも 人参)	お粥～軟飯 豚肉と野菜の煮物 (豚肉 キャベツ 人参) すまし汁(じゃがいも 人参)