



# わんぱく保育園献立表 (2月分)



				離乳食						
9:30		11:00		15:00		10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	初期	後期	後期
1	火	牛乳 せんべい	ご飯 コンソメスープ じゃこじゃが ブロッコリーのごま和え	牛乳 ココア入り蒸しパン	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮
2	水	牛乳 コーンスナック	ご飯 わかめの清汁 大根のそぼろ煮 えのきとささみの和え物	お茶 おにぎり	10倍かゆ 大根のマッシュ	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ わかめスープ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮
3	木	牛乳 せんべい	ご飯 麩の味噌汁 魚のあんかけ きやべつゆかり和え	牛乳 カレー風味の ホットケーキ	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え
4	金	牛乳 お米スナック	ご飯 高野のスープ 鶏肉の甘辛煮 切干大根のサラダ	牛乳 重ね煮	10倍かゆ さつま芋マッシュ	7倍かゆ ほうれん草スープ 高野豆腐のあげぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ ほうれん草スープ 高野豆腐のあげぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のやわらか煮
5	土	牛乳 せんべい	ご飯 ビーフシチュー しょうゆフレンチ	牛乳 あられ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮
7	月	牛乳 サブレ	ご飯 さつま芋の味噌汁 変わりきんぴら きやべつのおかか和え	ピーチゼリー	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 人参のやわらか煮	7倍かゆ 味噌汁 さつま芋のうま煮	5倍かゆ きやべつスープ 人参のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 さつま芋のうま煮
8	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 ビーフ汁 スタミナ納豆 みかん ブロッコリーの昆布和え	牛乳 いもぼた	10倍かゆ ブロッコリーマッシュ	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 ブロッコリーのうま煮
9	水	牛乳 ぼん菓子	ご飯 豆腐の味噌汁 鯖のカレー煮 野菜のごま和え	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 白身魚の味噌煮	7倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	5倍かゆ 野菜スープ 白身魚の味噌煮	5倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	5倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え
10	木	牛乳 ビスケット	ご飯 小松菜の清汁 五目煮豆 ブロッコリーのサラダ	ヨーグルト和え	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ 小松菜のスープ じゃが芋の甘煮	7倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのそぼろ煮	5倍かゆ 小松菜のスープ じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 ブロッコリーのそぼろ煮
12	土	牛乳 せんべい	ご飯 わんぱくカレー じゃこサラダ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	7倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	5倍かゆ 清汁 きやべつゆかり和え	5倍かゆ おじやかゆ じゃこじゃが
14	月	牛乳 クッキー	ご飯 豆腐スープ 煮込みハンバーグ ミックス野菜	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ ブロッコリーのうま煮	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 豆腐スープ ブロッコリーのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮
15	火	牛乳 ノンフライチップ	ご飯 ウィナー 大根の味噌シチュー ほうれん草のツナ和え	お茶 りんご蒸しパン	10倍かゆ 大根のマッシュ	7倍かゆ 清汁 大根の味噌煮	7倍かゆ わかめスープ きやべつゆかり和え	5倍かゆ 清汁 大根の味噌煮	5倍かゆ わかめスープ きやべつゆかり和え	5倍かゆ わかめスープ きやべつゆかり和え
16	水	牛乳 クラッカー	ご飯 小松菜の味噌汁 赤魚の煮付 三色和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮
17	木	牛乳 ビスケット	ミックスピラフ えのきスープ 鶏肉のレモン風味 パナナ きやべつゆかり和え	牛乳 ロールケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ きやべつスープ 煮豆腐	7倍かゆ 味噌汁 グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ きやべつスープ 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 グリーンピースのやわらか煮
18	金	牛乳 ポテトスナック	ご飯 麩の清汁 ちくわの甘辛煮 大豆サラダ	牛乳 ミルク餅	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	7倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮	5倍かゆ きやべつスープ 人参のじゃこ煮
19	土	牛乳 せんべい	ご飯 麻婆豆腐 もやしサラダ	牛乳 あられ	10倍かゆ 豆腐のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ おじやかゆ きやべつゆかり和え	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ おじやかゆ きやべつゆかり和え	5倍かゆ おじやかゆ きやべつゆかり和え
21	月	牛乳 ウエハース	ご飯 りんご 鶏のクリーム煮 きやべつとツナの和風サラダ	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ きやべつマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のあげぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 野菜スープ 麩のあげぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のそぼろあんかけ
22	火	牛乳 紫芋スナック	ご飯 じゃが芋の味噌汁 豚肉の炒り煮 ブロッコリーのごま和え	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の白煮
24	木	牛乳 クッキー	ご飯 白菜スープ ひじきの煮付 肉団子	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ 小松菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 白菜のじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 白菜のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮
25	金	牛乳 ビスケット	ご飯 大根の味噌汁 いわしの梅煮 もやしとにらの和え物	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 野菜スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 大根のやわらか煮	5倍かゆ 野菜スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 大根のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 大根のやわらか煮
26	土	牛乳 せんべい	けんちんうどん きやべつと春雨の和え物	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃこじゃが
28	月	牛乳 クッキー	ご飯 大根カレー バンサンスー みかん	牛乳 ヨーグルト	10倍かゆ 大根マッシュ	7倍かゆ 大根スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 大根スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のそぼろ煮

