

令和7年度

2月分 離乳食予定献立表（離乳後期）

台東区立保育園

日	曜日	おひる	間 食		主な材料		
			10時頃	3時頃	熱や力になる	体をつくる	体の調子を整える
2 16	月	洋風がゆ チンゲン菜のソテー煮 白菜のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク 豆腐のクッキー いちご	米 砂糖 油 小麦粉	粉ミルク 豚ひき肉 豆腐	トマト缶 人参 玉葱 チンゲン菜 白菜 いちご 干わかめ
3 17	火	鶏そぼろがゆ 青菜の煮びたし けんちん汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク さつま芋の甘煮	米 砂糖 さつま芋	粉ミルク 鶏ひき肉 豆腐	玉葱 人参 小松菜 もやし 大根
4 18	水	中華風うどん 白身魚のムニエル 刻みトマト ミルク	ミルク 菓子	ミルク わかめがゆ オレンジ	乾麺 小麦粉 油 米	粉ミルク 豚ひき肉 白身魚	もやし 人参 玉葱 トマト オレンジ 干わかめ
5 19	木	おかゆ 鶏団子のケチャップ煮 キャベツのツナ煮 ほうれん草の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク バナナヨーグルト	米 片栗粉 砂糖	粉ミルク ヨーグルト 鶏ひき肉 ツナ缶 みそ	玉葱 キャベツ 人参 ほうれん草 バナナ
6 20	金	おかかがゆ 煮込みハンバーグ 春雨煮 玉葱のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク じゃが芋のお焼き オレンジ	米 パン粉 油 砂糖 はるさめ じゃが芋 片栗粉	粉ミルク かつお節 豚ひき肉 豆腐	玉葱 人参 きゅうり 大根 オレンジ
7 21	土	やわらかピラフ 鶏肉と野菜の炒め煮 豆腐のすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 油 砂糖 片栗粉	粉ミルク 鶏ひき肉 豆腐	人参 玉葱 キャベツ 葱 ほうれん草
9	月	トマトうどん しらすり煮びたし 大根のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク そぼろがゆ みかん	乾麺 砂糖 米	粉ミルク 豚ひき肉 しらす干し 鶏ひき肉	玉葱 人参 トマト缶 小松菜 大根 みかん
10 24	火	豆腐あんかけがゆ ブロッコリーのおかか煮 キャベツのすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク きな粉ちんすこう いちご	米 油 砂糖 片栗粉 小麦粉	粉ミルク 豚ひき肉 豆腐 みそ かつお節 きな粉	葱 ブロッコリー 人参 キャベツ 玉葱 いちご
25	水	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 南瓜の甘煮 白菜のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンヨーグルト 煮りんご	米 砂糖 片栗粉	粉ミルク ヨーグルト 豆腐 豚ひき肉	玉葱 南瓜 白菜 人参 りんご
12 26	木	人参がゆ 鶏肉と野菜のソテー煮 かぶの味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク ツナがゆ オレンジ	米 砂糖 油	粉ミルク 鶏ひき肉 みそ ツナ缶	人参 ブロッコリー かぶ かぶの葉 オレンジ
13 27	金	おかゆ 白身魚の照り煮 切干大根の煮物 野菜スープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク スープ焼きうどん	米 砂糖 乾麺 油	粉ミルク 白身魚 高野豆腐 豚ひき肉	切干大根 人参 いんげん 白菜 玉葱 キャベツ
14 28	土	ひじきがゆ ツナとじゃが芋のソテー煮 麩のすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 砂糖 じゃが芋 麩	粉ミルク 鶏ひき肉 ツナ缶	人参 チンゲン菜 干ひじき

今月の平均栄養価 エネルギー379kcal たんぱく質11.7g
《旬の食材》白菜 小松菜 大根 ブロッコリー たら みかん いちご ゆず など

★オレンジは「ネーブルオレンジ」「清見オレンジ」「せとか」を提供予定です。
(すべての食材を給食で使用しているわけではありません。)

献立の内容は、園の行事等により変更させていただくことがあります。