

# 2月のメニュー

2021年

ひろせ保育園

|    | 月   | 火   | 水   | 木   | 金   | 土  |
|----|---|---|---|---|---|--|
| 昼食 | 1.<br>しゅうまい<br>バンサンスー<br>ブロッコリー<br>もやしとワカメの<br>みそ汁<br>りんご                   | 2.<br>手巻き寿司<br>鶏のから揚げ<br>ツナとさといもの<br>サラダ<br>ブロッコリー<br>豆腐のすまし汁<br>オレンジ                               | 3.<br>鮭の変わり西京焼<br>キャベツのナムル<br>ほうれんそう<br>けんちん汁<br>いよかん   | 4.<br>天然酵母パン<br>元気ハンバーグ<br>ほうれんそうの<br>磯あえ<br>切干大根と<br>揚げのみそ汁<br>りんご                                   | 5.<br>麦ご飯<br>さばの生姜焼<br>刻み昆布と<br>コーンの酢の物<br>ブロッコリー<br>豚汁<br>でこぼん         | 6.<br>鶏鉄火丼<br>白菜の塩昆布あえ<br>たべるいりこ             |
|    | おやつ<br>きなこトースト<br>牛乳  | おにの<br>ホットケーキ<br>牛乳   | 豆乳プリン<br>お茶   | みそ焼きおにぎり<br>お茶  | ココアボール<br>牛乳  | バナナ<br>スイーツ<br>牛乳                            |
| 昼食 | 8.<br>レバーの<br>オイスター炒め<br>マカロニポテト<br>サラダ<br>ブロッコリー<br>豆腐とワカメの<br>みそ汁<br>でこぼん | 9.<br>あじのパン粉焼<br>ひじきの煮物<br>ブロッコリー<br>なめこと<br>さといものみそ汁<br>りんご  | 10.<br>鶏肉の<br>アップルソース焼<br>こまつなの<br>ごまあえ<br>ベイクドかぼちゃ<br>にゅうめん汁<br>キウイフルーツ                                    | 11.<br>建国記念日<br> | 12.<br>発芽玄米ご飯<br>鮭の<br>ちゃんちゃん焼き<br>さといもの<br>黒ごま煮<br>ほうれんそう<br>納豆汁       | 13.<br>ハヤシライス<br>こまつなの<br>ドレッシングあえ<br>食べるいりこ |
|    | おやつ<br>お好み焼き<br>牛乳  | 豆乳フレンチ<br>トースト<br>牛乳  | 大学いも<br>牛乳  |   | フルーツ<br>ヨーグルト   | バナナ<br>スイーツ<br>牛乳                            |
| 昼食 | 15.<br>タンドリーチキン<br>蒸し野菜の<br>オーロラあえ<br>白菜としいたけの<br>スープ<br>でこぼん               | 16.<br>さばのみそ焼き<br>春雨とワカメの<br>酢の物<br>ほうれんそう<br>豆乳みそ汁<br>りんご  | 17.<br>八宝菜<br>さつまいもの<br>レモン煮<br>ブロッコリー<br>かみなり汁<br>いよかん   | 18.<br>ミート<br>スパゲッティ<br>コールスローサラダ<br>ブロッコリー<br>かぼちゃの<br>ポターージュ<br>りんご                                 | 19.<br>雑穀ご飯<br>白身魚の<br>フィレンツェ揚げ<br>刻み昆布の煮物<br>ほうれんそう<br>きのこの田舎汁<br>ぽんかん | 20.<br>豆腐のしらす丼<br>キャベツの<br>かおりあえ<br>たべるいりこ   |
|    | おやつ<br>ココアマフィン<br>牛乳  | しらすとワカメの<br>ポテト焼き<br>牛乳   | 豆乳くずもち<br>牛乳  | カレーピラフ<br>お茶  | あおのりごま<br>トースト<br>牛乳  | バナナ<br>サブレ<br>牛乳                             |
| 昼食 | 22.<br>ちびっこ<br>ふゆまつり<br>カレーライス<br>フライドポテト                                   | 23.<br>天皇誕生日<br> | 24.<br>お楽しみ<br>バイキング<br> | 25.<br>ポークチャップ<br>キャベツの<br>ツナあえ<br>ブロッコリー<br>ワカメスープ   | 26.<br>麦ご飯<br>さんまの生姜煮<br>高野豆腐の五目煮<br>ほうれんそう<br>大根とあげの<br>みそ汁<br>りんご     | 27.<br>マーボー豆腐丼<br>切干大根の<br>ごま酢あえ<br>食べるいりこ   |
|    | おやつ<br>マカロニきなこ<br>牛乳  |   | お誕生日<br>スペシャル   | フルーツゼリー<br>お茶   | ピザパンケーキ<br>牛乳   | バナナ<br>せんべい<br>牛乳                            |

# 2月の離乳食メニュー(2/1~2/13)

2021年



ひろせ保育園

|                     |     | 月   | 火  | 水  | 木   | 金  | 土  |
|---------------------|-----|---|--|--|---|--|--|
| 5<br>~<br>8<br>ヶ月頃  | 補食  | 1.<br>フルーツ  | 2.<br>フルーツ   | 3.<br>フルーツ   | 4.<br>フルーツ  | 5.<br>フルーツ   | 6.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>きゅうり、<br>ブロッコリー<br>ささ身<br>だし(昆布)                   | 全がゆ~10倍がゆ<br>大根、たまねぎ<br>きゅうり、<br>ブロッコリー<br>豆腐<br>だし(昆布)                    | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>大根、<br>しらす<br>だし(昆布)                       | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>豆腐<br>だし(昆布)   | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、大根、<br>きゅうり、<br>ブロッコリー<br>白身魚<br>だし(昆布)                      | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、白菜、<br>さつまいも、<br><br>しらす<br>だし(昆布)                         |
|                     | おやつ | 食パン<br>ミルク  | ホットケーキ<br>ミルク  | おかゆ<br>ミルク   | にゅうめん汁<br>ミルク   | ふかしいも<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク   |
| 9<br>~<br>11<br>ヶ月頃 | 補食  | 1.<br>フルーツ  | 2.<br>フルーツ   | 3.<br>フルーツ   | 4.<br>フルーツ  | 5.<br>フルーツ   | 6.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>きゅうり、<br>ブロッコリー<br>シュウマイ<br>ハンサンスー<br>もやしとワカメの<br>みそ汁 | 全がゆ~軟飯<br>大根、たまねぎ<br>きゅうり、<br>ブロッコリー<br>豆腐<br>から揚げ<br>さといもサラダ<br>豆腐のすまし汁   | 全がゆ~軟飯<br>人参、キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>大根、<br>しらす<br>鮭のかわり西京焼き<br>キャベツのナムル<br>けんちん汁  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>豆腐<br>元気ハンバーグ<br>ほうれんそうの磯あえ<br>切干大根のみそ汁                             | 全がゆ~軟飯<br>人参、大根、<br>きゅうり、<br>ブロッコリー、<br>白身魚<br>刻み昆布の酢の物<br>豚汁                | 全がゆ~軟飯<br>人参、白菜、<br>さつまいも、<br>しらす<br>鶏鉄火丼<br>白菜と人参の<br>塩昆布あえ<br>食べるいりこ     |
|                     | おやつ | トースト<br>ミルク   | ホットケーキ<br>ミルク  | おかゆ<br>ミルク   | にゅうめん汁<br>ミルク   | ふかしいも<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク   |
| 5<br>~<br>8<br>ヶ月頃  | 補食  | 8.<br>フルーツ  | 9.<br>フルーツ   | 10.<br>フルーツ  | 11.<br><br>建国記念日<br><br> | 12.<br>フルーツ  | 13.<br>フルーツ  |
|                     | 昼食  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>じゃがいも、<br>ブロッコリー<br>豆腐<br>だし(昆布)                   | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー<br>白身魚<br>だし(昆布)                  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ<br>こまつな、<br>かぼちゃ、<br>ささ身、<br>だし(昆布)                       |   | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>しらす、<br>だし(昆布)                  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>こまつな、<br>しらす<br>だし(昆布)                   |
|                     | おやつ | キャベツがゆ<br>ミルク   | 食パン<br>ミルク   | ふかしいも<br>ミルク   |   | フルーツ盛り合わせ<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク   |
| 9<br>~<br>11<br>ヶ月頃 | 補食  | 8.<br>フルーツ  | 9.<br>フルーツ   | 10.<br>フルーツ  | 11.<br><br>建国記念日<br><br> | 12.<br>フルーツ  | 13.<br>フルーツ  |
|                     | 昼食  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>じゃがいも、<br>ブロッコリー<br>豆腐<br>レバー炒め<br>マカロニサラダ<br>ワカメのみそ汁 | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー<br>白身魚<br>ひじきの煮物<br>さといもと<br>なめこのみそ汁 | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ<br>こまつな、<br>かぼちゃ、<br>ささ身、<br>鶏肉のりんごソース<br>こまつなごまあえ<br>にゅうめん汁 |   | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ほうれんそう、<br>鮭の<br>ちゃんちゃん焼き<br>さといもの黒ごま煮<br>納豆汁 | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>こまつな、<br>しらす、<br>ハヤシライス<br>こまつなあえ<br>食べるいりこ |
|                     | おやつ | キャベツがゆ<br>ミルク   | 食パン<br>ミルク   | ふかしいも<br>ミルク   |   | バナナヨーグルト<br>ミルク  | バナナ<br>ミルク   |

# 2月の離乳食メニュー(2/15~2/28)

2021年

ひろせ保育園

|                     |     | 月   | 火   | 水   | 木  | 金   | 土   |
|---------------------|-----|---|---|---|--|---|---|
| 5<br>~<br>8<br>ヶ月頃  | 補食  | 15.<br>フルーツ   | 16.<br>フルーツ   | 17.<br>フルーツ   | 18.<br>フルーツ  | 19.<br>フルーツ   | 20.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>かぼちゃ、<br>ブロッコリー<br>ささ身<br>だし(昆布)             | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>大根、<br>ほうれんそう、<br>白身魚<br>だし(昆布)  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ<br>さつまいも、<br>豆腐<br>だし(昆布)                 | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、かぼちゃ<br>ささ身、<br>だし(昆布)                           | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>ほうれんそう、<br>豆腐<br>だし(昆布)              | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ<br>しらす<br>だし(昆布)                      |
|                     | おやつ | 蒸しパン<br>ミルク   | ふかしもち<br>ミルク  | おかゆ<br>ミルク  | 人参がゆ<br>ミルク  | 食パン<br>ミルク  | バナナ<br>ミルク  |
| 9<br>~<br>11<br>ヶ月頃 | 補食  | 15.<br>フルーツ   | 16.<br>フルーツ   | 17.<br>フルーツ   | 18.<br>フルーツ  | 19.<br>フルーツ   | 20.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>かぼちゃ、<br>ブロッコリー、<br>タンドリーチキン<br>蒸し野菜あえ<br>白菜スープ | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>大根、<br>ほうれんそう、<br>白身魚<br>春雨の酢の物<br>豆乳みそ汁  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>さつまいも、<br>八宝菜<br>さつまいもレモン煮<br>かみなり汁      | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、かぼちゃ<br>ささ身、<br>ミートスパゲッティ<br>コールスローサラダ<br>かぼちゃポターシュ | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>ほうれんそう、<br>豆腐<br>刻み昆布の煮物<br>きのこの田舎汁     | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ<br>しらす<br>豆腐のそぼろ丼<br>キャベツの香り漬け<br>食べるいりこ |
|                     | おやつ | 蒸しパン<br>ミルク   | ふかしもち<br>ミルク  | くずもち<br>ミルク   | ピラフ<br>ミルク   | トースト<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク  |
| 5<br>~<br>8<br>ヶ月頃  | 補食  | 22.<br>フルーツ   | 23.<br><br>天皇誕生日<br><br> | 24.<br>フルーツ   | 25.<br>フルーツ  | 26.<br>フルーツ   | 27.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>じゃがいも、<br>ささ身<br>だし(昆布)                      |   | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー、<br>しらす<br>だし(昆布)              | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー、<br>ささ身、<br>だし(昆布)                    | 全がゆ~10倍がゆ<br>大根、たまねぎ、<br>ほうれんそう、<br>白身魚<br>だし(昆布)             | 全がゆ~10倍がゆ<br>人参、たまねぎ、<br>きゅうり<br>豆腐<br>だし(昆布)                       |
|                     | おやつ | おかゆ<br>ミルク  |   | 蒸しパン<br>ミルク   | ゼリー<br>ミルク   | ホットケーキ<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク  |
| 9<br>~<br>11<br>ヶ月頃 | 補食  | 22.<br>フルーツ   | 23.<br><br>天皇誕生日<br><br> | 24.<br>フルーツ   | 25.<br>フルーツ  | 26.<br>フルーツ   | 27.<br>フルーツ   |
|                     | 昼食  | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>じゃがいも、<br>ささ身<br>カレーライス<br>フライドポテト              |   | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー、<br>メンチカツ、<br>ほうれんそうあえ<br>じゃこじゃこ汁 | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>キャベツ、<br>ブロッコリー、<br>ポークチャップ<br>キャベツあえ<br>ワカメスープ          | 全がゆ~軟飯<br>大根、たまねぎ、<br>ほうれんそう、<br>白身魚<br>高野豆腐の五目煮<br>大根とあげのみそ汁 | 全がゆ~軟飯<br>人参、たまねぎ、<br>きゅうり、<br>豆腐<br>麻婆豆腐丼<br>切干大根の<br>ごま酢あえ        |
|                     | おやつ | マカロニきなこ<br>ミルク  |   | 蒸しパン<br>ミルク   | ゼリー<br>ミルク   | ホットケーキ<br>ミルク   | バナナ<br>ミルク  |