



2月 幼児食献立表



西原白百合保育園
栄養士 照屋恵美

令和6年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日	曜日	朝おやつ	果物	昼食	おもな食材(食品)			日	曜日	朝おやつ	果物	昼食	おもな食材(食品)			
					赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)						赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	木	黒棒	バナナ	ミートスパゲティ	スパゲティ	人参 セロリ コーン トマト	16	金	ヨーグルト	パイナップル	ご飯	白米	人参 胡瓜 キャベツ			
			バナナ	かみかみあえ	サキイカ	人参 胡瓜 キャベツ				サバ	サバ	白米	人参 胡瓜 キャベツ			
			バナナ	ワカメスープ	ワカメ	玉ねぎ ねぎ				バナナ	筑前煮	鶏肉	こんにやく	大根 人参 ごぼう 絹さや		
			バナナ	ソーメン汁	ソーメン					バナナ	ぜんざい		金時豆 押し麦 黒糖 砂糖	ねぎ		
			バナナ	切干大根おにぎり	チーズ	白米 ごま				バナナ	せんべい		せんべい			
			バナナ	チーズ	チーズ					バナナ	生姜焼き丼	豚肉	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン		
2	金	はちや棒	みかん	節分鬼ドライカレー	豚ミンチ ウインナー 大豆	白米	17	土	お菓子	バナナ	スパゲティ	人参 胡瓜	人参 胡瓜			
			みかん	スパサラダ	卵	スパゲティ マヨネーズ				人参 胡瓜	人参 胡瓜	人参 胡瓜				
			みかん	コンソメスープ		キャベツ 玉ねぎ パセリ				バナナ	みそ汁	じゃが芋	玉ねぎ ねぎ			
			みかん	恵方巻風ロールサンド		食パン バター ジャム				バナナ	職員研修					
			みかん	牛乳	牛乳					バナナ						
3	土	お菓子	バナナ	ジュシー	ツナ缶 ひじき	白米	19	月	グレープゼリー	オレンジ	大根チキンカレー	鶏肉 牛乳	白米	じゃが芋	玉ねぎ 人参 大根 GP	
			バナナ	胡瓜の和え物	わかめ ちくわ	人参 胡瓜				オレンジ	コルスローサラダ	マヨネーズ	人参 胡瓜 りんご 人参			
			バナナ	豚汁	豚肉	こんにやく	大根 人参 ねぎ			バナナ	ワカメスープ	ワカメ		えのき ねぎ		
			バナナ	動物ビスケット		ビスケット				バナナ	りんごケーキ	卵 牛乳	ケーキMIX バター 砂糖	りんご		
			バナナ	ブルーベリー 牛乳	牛乳	ブルーベリー				バナナ	牛乳					
5	月	果汁	オレンジ	ご飯		白米	20	火	せんべい	バナナ	麦ご飯		白米 押し麦			
			オレンジ	豚肉の南部揚げ	豚肉 卵	小麦粉				トマト	バナナ	納豆みそ	納豆			
			オレンジ	クービリチー	ちきあぎ 昆布	こんにやく	切干大根 なら			バナナ	チーズちくわ揚げ	ちくわ チーズ	てんぷら粉	トマト		
			オレンジ	ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ			バナナ	鶏汁	鶏肉	こんにやく	大根 人参 ねぎ		
			オレンジ	ホットココア	牛乳	ココア				バナナ	ちんすこう		ちんすこう			
			オレンジ	ビスケット		ビスケット				バナナ	りんご 牛乳	牛乳	りんご			
6	火	ヤクルト	りんご	ご飯		白米	21	水	果汁	みかん	肉野菜そば	豚肉	沖縄そば	キャベツ 玉ねぎ 人参 なら		
			りんご	タンダーチキン	鶏肉 ヨーグルト					みかん	大根の和え物	ツナ缶	大根 胡瓜			
			りんご	人参しりしり	ウインナー 卵	人参 玉ねぎ いんげん	冬瓜のみそ汁			みかん	金時豆の甘煮	金時豆 黒糖 砂糖				
			りんご	冬瓜のみそ汁		冬瓜 しめじ ねぎ				みかん						
			りんご	チョコチップ蒸しパン	卵 牛乳	ケーキMIX 砂糖 チョコ 油				みかん	いなり寿司	いなり皮	白米	人参 椎茸		
			りんご	牛乳	牛乳					みかん	お茶					
7	水	チョコウエハース	たんかん	肉うどん	豚肉 かまぼこ	うどん	長ネギ 玉ねぎ	22	木	お弁当会						
			たんかん	春菊の白和え	木綿豆腐 ツナ缶	ほうれん草 春菊 人参	バナナ			プリン	プリン	クラッカー				
			たんかん	ポテトフライ		フライドポテト				バナナ	クラッカー		クラッカー			
			たんかん	鮭おにぎり	鮭	白米				バナナ	プリン					
			たんかん	牛乳	牛乳					バナナ	クラッカー		クラッカー			
8	木	シークワーサーゼリー	パイナップル	玄米ご飯		白米 玄米	24	土	お菓子	バナナ	チャーハン	鶏ミンチ	白米	玉ねぎ 人参 からし菜 コーン		
			パイナップル	魚の西京焼き	白身魚	ブロッコリー				バナナ	胡瓜の和え物	ツナ缶	胡瓜 人参			
			パイナップル	きんぴらごぼう	ちきあぎ	ごぼう 人参 小松菜				バナナ	キャベツスープ	ベーコン	キャベツ ねぎ			
			パイナップル	すまし汁	絹豆腐	ねぎ				バナナ						
			パイナップル	アメリカンドック	ウインナー 卵 牛乳	ケーキMIX				バナナ	黒棒 チーズ	チーズ	黒棒			
			パイナップル	牛乳	牛乳					バナナ	牛乳	牛乳				
9	金	ビスコ	オレンジ	《旧正月メニュー》					26	月	黒棒	オレンジ	もずく丼ぶり	もずく 豚ミンチ	白米	玉ねぎ 人参 ピーマン コーン
			オレンジ	炊き込みご飯	昆布 ツナ缶	白米	人参 なら	オレンジ				南瓜サラダ	卵 チーズ	マヨネーズ	南瓜 レーズン	
			オレンジ	鶏かき揚げ	鶏肉	さつま芋	玉ねぎ 水菜			オレンジ	味噌汁	絹豆腐		ほうれん草		
			オレンジ	イナムドゥチ	豚肉 かまぼこ	こんにやく	椎茸 大根 ねぎ			オレンジ						
			オレンジ	アガラサー	牛乳	強力粉 黒糖 重曹				オレンジ	ソーメンチャンプルー	ツナ缶	ソーメン	もやし なら		
			オレンジ	牛乳	牛乳					オレンジ	ヤクルト	ヤクルト				
10	土	お菓子	バナナ	ひき肉親子どんぶり	鶏ミンチ 卵	白米	人参 玉ねぎ かいわれ	27	火	チョコウエハース	バナナ	麦ご飯		白米 押し麦		
			バナナ	胡瓜の和え物	ツナ缶	胡瓜 コーン	バナナ				鮭のオーロラソース焼き	鮭	マヨネーズ	トマト		
			バナナ	大根のみそ汁	アーサ	大根 ねぎ				バナナ	麩チャンプルー	卵 ポーク	車麩	キャベツ 玉ねぎ 人参 なら		
			バナナ							バナナ	ゆし豆腐	ゆし豆腐		ねぎ		
			バナナ	タンナファクルー		タンナファクルー				バナナ	ハムチーズサンド	ハム チーズ	パン マヨネーズ			
			バナナ	レーズン 牛乳	牛乳	レーズン				バナナ	牛乳	牛乳				
13	火	オレンジゼリー	りんご	もちきびご飯		白米 もちきび	28	水	ビスケット	りんご	ご飯		白米			
			りんご	魚の天ぷら	白身魚	てんぷら粉				トマト	りんご	豚肉のみそ漬け焼き	豚肉	玉ねぎ 人参 いんげん		
			りんご	豆腐チャンプルー	豚肉 厚揚げ	キャベツ 玉ねぎ 人参 なら				りんご	マカロニサラダ		マカロニ マヨネーズ	胡瓜 みかん 人参		
			りんご	冬瓜のみそ汁		冬瓜 しめじ ねぎ				りんご	冬瓜のみそ汁	ワカメ		冬瓜		
			りんご	ホットケーキケーキ	卵 牛乳	ケーキMIX バター 砂糖				りんご	芋天ぷら		さつま芋 てんぷら粉			
			りんご	牛乳	牛乳					りんご	牛乳	牛乳				
14	水	クラッカー	いちご	チーズバーガー	豚ミンチ チーズ	パン パン粉	玉ねぎ	29	木	リードリンクヨーグ	みかん	もちきびご飯		白米 もちきび		
			いちご	ほうれん草サラダ	ツナ缶	ほうれん草 人参	みかん				唐揚げチキン	鶏肉	トマト			
			いちご	クラムチャウダー	ベーコン 牛乳	じゃが芋	玉ねぎ パセリ 人参 コーン			みかん	ひじき炒め	ひじき 豚肉	しらたき	人参 なら		
			いちご							みかん	豆腐のみそ汁	厚揚げ		白菜 ねぎ		
			いちご	バレンタインココアブラウニー	卵	砂糖 小麦粉 油 ココア				みかん	パースディケーキ		ケーキ			
			いちご	牛乳	牛乳					みかん	野菜ジュース			野菜ジュース		
15	木	小魚	グレープフルーツ	もちきびご飯		白米 もちきび	30	金	お菓子	グレープフルーツ	カラフルマーボー豆腐	豚ミンチ	長ネギ 人参 ピーマン			
			グレープフルーツ	春雨サラダ	ハム	春雨				グレープフルーツ	春雨サラダ	ハム	春雨	長ネギ 人参 ピーマン		
			グレープフルーツ	卵スープ	卵	小松菜				グレープフルーツ	卵スープ	卵	小松菜			
			グレープフルーツ	ヒラヤーチー	ツナ缶 卵	小麦粉	ねぎ			グレープフルーツ	牛乳	牛乳				
			グレープフルーツ	牛乳	牛乳					グレープフルーツ						



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 12日(月)祝日 建国記念日



2月 離乳食 献立表



令和6年

西原白百合保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月	後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	果物	おやつ (3回食から)	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
		ヨーグルト状(ペースト)	豆腐の固さ(マッシュ)	バナナの固さ(柔らかく刻む)			
1	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツの和え物マッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	切干大根おにぎり		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 キャベツのつぶしあえ オニオンスープ	バナナ			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 キャベツの和え物 オニオンスープ				
2	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ キャベツスープ	みかん果汁	きなこサンド		
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ キャベツスープ	みかん			
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 ポテトサラダ キャベツスープ				
3	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 野菜スープ		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	バナナ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁				
5	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参ペースト すましスープ	オレンジ果汁	さつまいおやき		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	オレンジ			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり煮 ゆし豆腐				
6	火	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参と豆腐のすり流し 冬瓜スープ	りんご果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 冬瓜のみそ汁	煮りんご			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり豆腐 冬瓜のみそ汁				
7	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐の白和えすりながし すましスープ	みかん果汁	鮭おにぎり		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし白和え つぶしうどん汁	みかん			
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 豆腐の白和え うどん汁				
8	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 小松菜和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	しらす粥 小松菜スープ		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし和え 豆腐のすまし汁	バナナ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮 小松菜の軟らか煮 豆腐のすまし汁				
9	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつまいマッシュ すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや さつまいスープ		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしさつまい煮 つぶしソーメン汁	オレンジ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつまいの煮物 ソーメン汁				
10	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参ペースト 大根スープ	バナナ果汁	南瓜おじや 大根スープ		
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 胡瓜のおろし和え 大根のみそ汁	バナナ			
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 胡瓜の和え物 大根のみそ汁				
13	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 野菜ペースト 冬瓜スープ	りんご果汁	トマトパンケーキ		
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 野菜つぶし煮 冬瓜のみそ汁	煮りんご			
		後期	軟飯 魚のトマト煮 野菜チャンプルー煮 冬瓜のみそ汁				
14	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草サラダマッシュ ミルクスープすり流し	バナナ果汁	いちごパンケーキ		
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 ほうれん草つぶしサラダ ミルクスープ	いちご			
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 ほうれん草サラダ ミルクスープ				
15	木	初期	つぶし粥 豆腐のすり流し さつまいマッシュ 小松菜スープ	りんご果汁	さつまい粥 豆腐のすまし汁		
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 小松菜スープ	煮りんご			
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつまいの煮物 小松菜スープ				
16	金	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 大根の煮マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	トマトパンケーキ		
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 大根のつぶし煮 ソーメン汁	オレンジ			
		後期	軟飯 魚のトマト煮 大根の煮物 ソーメン汁				
17	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ すましスープ	バナナ果汁	職員研修		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ すまし汁	バナナ			
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ すまし汁				
19	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ 大根スープ	オレンジ果汁	りんごパンケーキ		
		中期	全粥 つぶし肉じゃが つぶしコールスローサラダ 大根スープ	オレンジ			
		後期	軟飯 肉じゃが コールスローサラダ 大根スープ				
20	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	鶏粥 南瓜スープ		
		中期	納豆全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁	バナナ			
		後期	納豆軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のすまし汁				
21	水	初期	つぶし粥 魚のすり流し 大根の和え物マッシュ すましスープ	みかん果汁	刻みいなりおにぎり		
		中期	全粥 魚のつぶし煮 大根のつぶしあえ つぶしうどん汁	みかん			
		後期	軟飯 魚の煮物 大根の和え物 うどん汁				
22	木	お弁当会			ヨーグルト バナナ		
24	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつまいマッシュ キャベツスープ	バナナ果汁	鶏おじや オニオンスープ		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつまいのつぶし煮 キャベツスープ	バナナ			
		後期	軟飯 魚と野菜の煮物 さつまいの煮物 キャベツスープ				
26	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ すましスープ	オレンジ果汁	にゅうめん		
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 つぶし南瓜サラダ みそ汁	オレンジ			
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜サラダ みそ汁				
27	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 野菜ペースト すましスープ	バナナ果汁	チーズパン		
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 麩チャンプルーつぶし煮 ゆし豆腐	バナナ			
		後期	軟飯 魚と野菜の煮物 麩チャンプルー煮 ゆし豆腐				
28	水	初期	つぶし粥 野菜のミルク煮ペースト ポテトサラダマッシュ 冬瓜スープ	りんご果汁	ふかし芋		
		中期	全粥 鶏肉のつぶしミルク煮 つぶしポテトサラダ 冬瓜のすまし汁	煮りんご			
		後期	軟飯 鶏肉のミルク煮 ポテトサラダ 冬瓜のすまし汁				
29	木	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し じゃが芋ペースト 白菜スープ	みかん果汁	パンケーキ		
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 白菜スープ	みかん			
		後期	軟飯 魚のトマト煮 じゃが芋の煮物 白菜のみそ汁				

- ※ 食材の都合により献立を変更する事があります。
- ※ 離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。
- ※ 12日(月) 建国記念日でお休みです。
- ※ 23日(金) 天皇誕生日でお休みです。

