



# 2024年2月 離乳食献立表（中期食）

社会福祉法人 都島友の会  
都島友乳児保育センター  
幼保連携型認定こども園 友測児童センター分園

日曜日	昼食	材料
1木	おかゆ 高野豆腐のとりみ煮 すまし汁	米 高野豆腐 人参 キャベツ 鰹昆布だし 片栗粉 大根 玉葱 鰹昆布だし
2金	おかゆ 魚の炒り煮 すまし汁	米 鰹 胡瓜 人参 鰹昆布だし 里芋 人参 鰹昆布だし
3土	発表会	
5月	おかゆ 豆腐のあんかけ スープ	米 豆腐 人参 玉葱 キャベツ 鰹昆布だし 片栗粉 春雨 胡瓜 鰹昆布だし
6火	おかゆ 魚の炒り煮 すまし汁	米 鰹 人参 ほうれん草 鰹昆布だし 里芋 キャベツ 鰹昆布だし
7水	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 すまし汁	米 豆腐 里芋 人参 鰹昆布だし 大根 わかめ 鰹昆布だし
8木	おかゆ 野菜の炒り煮 すまし汁	米 鰹 キャベツ 玉葱 鰹昆布だし 胡瓜 人参 鰹昆布だし
9金	おかゆ 魚の野菜あんかけ スープ	米 鰹 人参 フロッコリー 鰹昆布だし 片栗粉 白菜 青梗菜 鰹昆布だし
10土	おじや すまし汁	米 白身魚 玉葱 人参 鰹昆布だし キャベツ 里芋 鰹昆布だし
12月	振替休日	
13火	おかゆ 野菜のおかか煮 スープ	米 玉葱 じゃが芋 人参 かつお節 鰹昆布だし 大根 胡瓜 鰹昆布だし
14水	おかゆ 豆腐の野菜あん すまし汁	米 豆腐 玉葱 人参 鰹昆布だし 小松菜 人参 鰹昆布だし
15木	おかゆ 豆腐チャンプルー すまし汁	米 豆腐 玉葱 人参 キャベツ 鰹昆布だし 大根 小松菜 鰹昆布だし
16金	おかゆ しらすの炒り煮 すまし汁	米 しらす 玉葱 小松菜 鰹昆布だし 人参 胡瓜 鰹昆布だし
17土	おじや スープ	米 人参 キャベツ 白身魚 鰹昆布だし 青梗菜 大根 鰹昆布だし
19月	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰹 人参 鰹昆布だし 小松菜 キャベツ 鰹昆布だし
20火	魚のおじや 大根と人参の煮物 すまし汁	米 鰹 白菜 鰹昆布だし 大根 人参 鰹昆布だし ほうれん草 鰹昆布だし
21水	おかゆ 魚のあんかけ すまし汁	米 鰹 ほうれん草 人参 鰹昆布だし 片栗粉 わかめ 玉葱 鰹昆布だし
22木	煮込みうどん 大根の煮物 南瓜マッシュ	うどん 人参 白菜 しらす 鰹昆布だし 大根 小松菜 鰹昆布だし 南瓜 人参 胡瓜 鰹昆布だし
23金	天皇誕生日	
24土	おじや スープ	米 鰹 人参 玉葱 鰹昆布だし 大根 白菜 鰹昆布だし
26月	おかゆ 豆腐の炒り煮 すまし汁	米 豆腐 小松菜 人参 鰹昆布だし 白菜 鰹昆布だし
27火	おかゆ 煮魚 添え すまし汁	米 鰹 人参 鰹昆布だし 玉葱 じゃが芋 鰹昆布だし
28水	青のりがゆ 大根のしらすあん すまし汁	米 青のり 大根 人参 しらす 鰹昆布だし 片栗粉 じゃが芋 鰹昆布だし
29木	おかゆ 高野豆腐のとりみ煮 スープ	米 高野豆腐 キャベツ 人参 鰹昆布だし 片栗粉 玉葱 ほうれん草 鰹昆布だし

まだまだ寒い日が続きますが、節分をすぎると暦の上では冬から春になります。  
節分の日には太巻きに鰹、煎った大豆を食べる習慣があります。鰹の臭いと大豆を鬼を撃退し、  
太巻きを食べて家内安全を願うというものです。太巻き寿司を食べるのも全国的になりつつありますが、  
今年の恵方は東北東やや東です。節分の日には大きな口を開け、一年の成長を願いましょう！！  
また、今日の献立では日本の郷土料理を給食園に！と取り入れていきます

