



2025年度 2月 献立表



健生ナーサリー

日付	午前おやつ	給食	午後おやつ	からだの血や肉になるもの	からだの熱や力になるもの	体の調子をととのえるもの	その他	アレルギー
2(月)	お菓子	厚揚げの中華炒め,ミニポテトフライ,ごはん	小倉サンド,牛乳	厚揚げ,鶏ひき肉,あずき・こしあん,牛乳	ごま油,かたくり粉,フライドポテト(冷),油,米,食パン,マーガリン	たまねぎ,にんじん,ほうれんそう	コンソメ,こいくちしょうゆ,塩,水	
3(火)	牛乳	行事食 鬼さんドライカレー,かぼちゃサラダ,ももゼリー	行事食 恵方巻,牛乳	蒸し大豆,合いびき肉,黒豆甘煮,焼きのり,ブロセステーキ,牛乳,かにかまぼこ,卵	米,油,コーンスナック,マヨネーズ,ももゼリー,砂糖	にんじん,ピーマン,たまねぎ,カットマト,かぼちゃ,きゅうり	カレールウ,塩,こしょう,ケチャップ,すし酢(巻寿司・箱寿司用),だし汁,うすくちしょうゆ,ふりかけ(たまご)	
4(水)	お菓子	スペイン風オムレツ,なすのトマト煮,食パン	塩せんべい,牛乳	卵,ツナ缶,ピザ用チーズ,牛乳,鶏ひき肉	じゃがいも,砂糖,オリブ油,食パン,塩せんべい	にんじん,たまねぎ,ブロッコリー,なす,しめじ,カットマト	コンソメ,塩,酒	たまご: 弁当
5(木)	牛乳	鶏団子の甘酢煮,ふろふき大根,ごはん	バームクーヘン,牛乳	鶏だんご(冷),昆布,牛乳	油,砂糖,かたくり粉,いりごま,米,バームクーヘン	にんじん,たまねぎ,しいたけ,ピーマン,大根	酢,ケチャップ,こいくちしょうゆ,水,赤みそ,あわせみそ,みりん,酒	
6(金)	お菓子	スパゲティナポリタン,キャロットラペ,みかん	コーンフレーク	魚肉ソーセージ,ピザ用チーズ,ツナ缶,牛乳	スパゲティ,油,砂糖,オリブ油,コーンフレーク	たまねぎ,にんじん,ピーマン,マッシュルーム,トマトジュース,みかん	ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,こいくちしょうゆ,酢,水	
7(土)	牛乳	うどん,あげだし豆腐,ヨーグルト	ビスケット,牛乳	牛乳,ヨーグルト,たまごスープ	うどん,ビスケット	にんじん		
9(月)	お菓子	麻婆豆腐,ほうれん草ナムル,ごはん	フレンチトースト,牛乳	木綿豆腐,豚ひき肉,ハム,牛乳,卵	油,砂糖,かたくり粉,ごま油,米,食パン	たまねぎ,白ねぎ,しょうが,ほうれんそう,にんじん	こいくちしょうゆ,あわせみそ,酒,コンソメ,水,酢	
10(火)	牛乳	肉じゃが,きゅうりとかにかまの酢の物,ごはん	たいやき,牛乳	豚肉,カットわかめ,かにかまぼこ,牛乳	じゃがいも,しらたき,砂糖,米,たい焼(冷)	にんじん,たまねぎ,さやいんげん,きゅうり	こいくちしょうゆ,みりん,だし汁,酢,塩,水	
11(水)		建国記念の日						
12(木)	お菓子	野菜とツナのピラフ,メンチカツ,コンスープ	マーマレード蒸しケーキ,牛乳	ツナ缶,メンチカツ(冷),豆乳,牛乳	米,マーガリン,油,かたくり粉,ホットケーキミックス,砂糖,マーマレード	ミックスベジタブル,たまねぎ,コーンクリーム	コンソメ,塩,こしょう,水,ベーキングパウダー	
13(金)	牛乳	豆腐ミートローフ,ミニトマト,ポテトサラダ,ごはん	行事食 ココアムース,牛乳	合いびき肉,木綿豆腐,ひじき,ツナ缶,牛乳	いりごま,パン粉,かたくり粉,じゃがいも,砂糖,マヨネーズ,米,マッシュマロ	たまねぎ,にんじん,ミニトマト,ミックスベジタブル	塩,こしょう,こいくちしょうゆ,みりん,水,酢,ココア(ビュア)	
14(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,パナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,パナナ		
16(月)	お菓子	かれの西京焼,ほうれん草とコーンのソテー,ごはん	磯ビーンズ,牛乳	かれのい,蒸し大豆,ちりめんじゃこ,青のり,牛乳	じゃがいも,砂糖,油,米,小麦粉,いりごま	ほうれんそう,コーン缶	酒,あわせみそ,みりん,こいくちしょうゆ,塩,こしょう,水	
17(火)	牛乳	なすと豚肉のみそ炒め,里芋フライ,ごはん	みかんクッキー,牛乳	豚肉,青のり,牛乳	砂糖,油,里芋,かたくり粉,米,小麦粉,バター,きび糖	なす,たまねぎ,ピーマン,にんじん,かぼちゃ,パウダー	こいくちしょうゆ,あわせみそ,塩,こしょう,ほうれん草パウダー,水	
18(水)	お菓子	カレーライス,ブロッコリーコーンドレッシング,いちご	アップルパイ,牛乳	合いびき肉,牛乳	米,じゃがいも,油,砂糖,アップルパイ	たまねぎ,にんじん,ブロッコリー,コーン缶,コーンクリーム,いちご	カレールウ,コンソメ,水,酢,塩	
19(木)	牛乳	ハムチーズサンド,厚焼き玉子サンド,根野菜のコロコロスープ	きなこ団子,牛乳	ハム,ブロセステーキ,卵,魚肉ソーセージ,絹ごし豆腐,きな粉,牛乳	食パン,マヨネーズ,砂糖,油,さつまいも,上新粉,白玉粉	大根,たまねぎ,にんじん,コーン缶	うすくちしょうゆ,だし汁,ケチャップ,コンソメ,塩,こしょう,水	たまご: 弁当
20(金)	お菓子	味噌煮込みうどん,厚揚げの煮物,ミニゼリー	じゃこゆかりおにぎり,牛乳	鶏肉,かまぼこ,油あげ,厚揚げ,昆布,しらすがし,ブロセステーキ,牛乳	うどん(ゆで),砂糖,ミニゼリー,米,いりごま	白ねぎ,しいたけ,こまつな,ゆかり	みりん,赤みそ,だし汁,こいくちしょうゆ,だし(かつお)	
21(土)	牛乳	スパゲティミートソース,だし巻き玉子,フルーツゼリー,牛乳	せんべい	牛乳,ミートソース,卵	スパゲティ,砂糖,せんべい	フルーツゼリー		
23(月)		天皇誕生日						
24(火)	牛乳	鶏の唐揚げ,ブロッコリー,切干大根の煮物,ごはん	ラスク,牛乳	鶏肉,油あげ,牛乳	小麦粉,かたくり粉,油,マヨネーズ,砂糖,米,ロールパン,バター	しょうが,ブロッコリー,切り干し大根,にんじん	こいくちしょうゆ,みりん,酒,塩,だし(かつお)	
25(水)	お菓子	かじきトマト煮,マカロニサラダ,ロールパン	コーンスナック,牛乳	めかじき,ハム,牛乳	じゃがいも,砂糖,油,マカロニ,マヨネーズ,ロールパン,コーンスナック	たまねぎ,にんじん,マッシュルーム,カットマト,ブロッコリー,きゅうり	ケチャップ,ウスターソース,コンソメ,塩,こしょう,水	
26(木)	牛乳	五目あんかけ焼きそば,ミートボールのケチャップ煮,りんご	鬼まんじゅう,牛乳	豚肉(1mm厚)ミートボール(味付き),牛乳	中華めん(蒸し),砂糖,ごま油,かたくり粉,油,さつまいも,小麦粉,上新粉	にんじん,こまつな,はくさい,しいたけ,ピーマン,りんご	酒,塩,水,コンソメ,こいくちしょうゆ	
27(金)	お菓子	みそおでん,キャベツとツナのソテー,ごはん	しょうゆせんべい,牛乳	厚揚げ,焼き竹輪,卵,昆布,ツナ缶,牛乳	じゃがいも,砂糖,ごま油,米,しょうゆせんべい	大根,キャベツ	みりん,赤みそ,だし汁,こしょう,こいくちしょうゆ	
28(土)	牛乳	カレーライス,ブロッコリー,パナナ,牛乳	せんべい	牛乳,カレーレトルト	米,せんべい	ブロッコリー,パナナ		

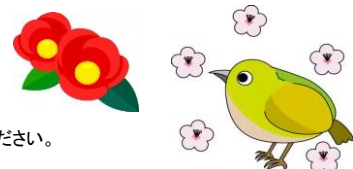
月平均栄養価 (3才以上児) エネルギー 558kcal たんぱく質 19.6g 脂質 18.0g 食塩相当量 1.9g

月平均栄養価 (3才未満児) エネルギー 423kcal たんぱく質 14.6g 脂質 13.2g 食塩相当量 1.5g

※献立は仕入れ状況により、メニューが変更になることがあります。土曜日は人数によってメニューが変更になることがあります。

※離乳食(1歳6か月頃まで):ご家庭で食べたことのある食品をもとに提供しています。初めて食べた食品は連絡帳にてお知らせください。

※幼児食:献立表の食材を参考に初めて食べる食品は、ご家庭で一度食べていただけるとより安全に提供できますのでご協力お願いいたします。



2025年度 2月 離乳食献立表

	朝おやつ	離乳食	午後おやつ	アレルギー
2	月 赤ちゃんせんべい	<厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 鶏ひき肉 11g たまねぎ 21g にんじん 7g ほうれんそう 11g コンソメ こいくちしょうゆ かたくり粉 <粉ふき芋> じゃがいも 30g 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	食パン 牛乳	
3	火	<鬼さんトマト煮> 米 39g 蒸し大豆 11g 合いびき肉 20g にんじん 11g ピーマン 7g たまねぎ 21g カットトマト 7g 砂糖 こいくちしょうゆ コンソメ かたくり粉 粥の方は粥 <かぼちゃミルク煮> かぼちゃ 28g きゅうり 7g 粉ミルク 塩 <ミニゼリー> 1こ	わかめごはん 牛乳	
4	水 赤ちゃんせんべい	<スペイン風オムレツ> 卵 21g ツナ缶 7g にんじん 5.6g たまねぎ 11g ブロッコリー 11g じゃがいも 4.9g 牛乳 <なすのトマト煮> なす 14g たまねぎ 11g しめじ 7g 鶏ひき肉4.9g カットトマト 13g こいくちしょうゆ 砂糖 コンソメ <食パン> 食パン 0.8枚 <パン粥> 食パン 0.8枚 粉ミルク	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	たまご: 弁当
5	木	<鶏肉の煮物> 鶏肉28g にんじん 15g たまねぎ 25g しいたけ 7g 砂糖 トマトキューブ 15g こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ふろふき大根> 大根 35g 昆布 0.7g あわせみそ 砂糖 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	かつぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
6	金 赤ちゃんせんべい	<スパゲティナポリタン風>うどん(乾)12g ツナ缶 11g たまねぎ 28g にんじん 5.6g 粉ミルク トマトジュース 49g コンソメ こいくちしょうゆ <にんじんの煮物> にんじん 21g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <みかん> みかん0.5こ	ヨーグルト	
7	土	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ヨーグルト>ヨーグルト35g <揚げ出し豆腐> 厚揚げ15g にんじん15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉	あかちゃんせん	
9	月 赤ちゃんせんべい	<麻婆豆腐> 木綿豆腐 42g 豚ひき肉 11g たまねぎ 14g こいくちしょうゆ あわせみそ 砂糖 コンソメ かたくり粉 <ほうれん草煮びたし> ほうれんそう 35g にんじん 12g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
10	火	<肉じゃが> 豚肉 14g じゃがいも 35g にんじん 11g たまねぎ 21g さやいんげん 3.5g こいくちしょうゆ 砂糖 だし汁 <きゅうりとわかめのだし煮> きゅうり 11g カットわかめ 0.53g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
11	水	建国記念の日		
12	木	<野菜とツナの炊き込みご飯> 米 35g にんじん14g たまねぎ 21g ツナ缶 11g こいくちしょうゆ コンソメ 粥の方は粥 <鶏肉の煮物> 鶏肉 28g たまねぎ 20g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <コンスープ> コーンクリーム 21g たまねぎ 21g 豆乳 28g コンソメ かたくり粉	かつぱえびせん しらすわかめせんべい 牛乳	
13	金 赤ちゃんせんべい	<豆腐ミートローフ> 合いびき肉14g 木綿豆腐 14g たまねぎ 7g にんじん 5.6g ひじき 0.11g パン粉 塩 こいくちしょうゆ 砂糖 かたく り粉 <ミニトマト> ミニトマト 14g <ポテトミルク煮> じゃがいも 40g にんじん 5g きゅうり 7g 粉ミルク 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ヨーグルト	
14	土	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー>ブロッコリー20g <バナナ>バナナ35g <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
16	月 赤ちゃんせんべい	<かれの味噌煮> かれい 28g じゃがいも 14g あわせみそ 砂糖 かたくり粉 <ほうれん草とコーンの煮物> ほうれんそう 21g コーン缶 7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
17	火	<なすと豚肉のみそ煮> なす 28g たまねぎ 14g ピーマン 3.5g にんじん 4.9g 豚肉11g 砂糖 こいくちしょうゆ あわせみそ <粉ふき芋> じゃがいも 30g 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
18	水 赤ちゃんせんべい	<トマト煮> 合いびき肉 25g じゃがいも 30g たまねぎ 30g にんじん 15g カットトマト 8.4g コンソメ 砂糖 こいくちしょうゆ かたくり粉 <ブロッコリーコーンミルク煮> ブロッコリー 30g コーン缶 7g 粉ミルク 塩 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g <いちご> いちご 18g	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
19	木	<厚焼き玉子> 卵 21g こいくちしょうゆ 0.46g だし汁 砂糖 油 <食パン> 食パン 0.7枚 <パン粥> 食パン 0.7枚 粉ミルク <根野菜のコロコロスープ> 大根 28g さつまいも 21g たまねぎ 7g にんじん 3.5g コーン缶 2.1g コンソメ	きなこ豆腐 牛乳	たまご: 弁当
20	金 赤ちゃんせんべい	<味噌煮込みうどん> うどん(ゆで) 70g 鶏肉 21g かまぼこ 7g 油あげ 2.1g しいたけ 3.5g こまつな 7g 砂糖 あわせみそ <厚揚げの煮物> 厚揚げ 28g 昆布 0.7g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ミニゼリー> 1こ	じゃごごはん 牛乳	
21	土	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <だし巻玉子> 卵15g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ミニゼリー>ミニゼリー1個 <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	
23	月	天皇誕生日		
24	火	<鶏肉の煮物> 鶏肉 28g ブロッコリー 14g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <大根の煮物> 大根 30g 油あげ 6g にんじん 10g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	ゼリー 牛乳	
25	水 赤ちゃんせんべい	<ツナのトマト煮> ツナ缶 25g じゃがいも 21g たまねぎ 21g にんじん 11g カットトマト 21g コンソメ 砂糖 こいくちしょうゆ ブロッコリー 14g <マカロニミルク煮> マカロニ 8g きゅうり 8g にんじん 8g 粉ミルク かたくり粉 <ロールパン> ロールパン 0.8個 <パン粥> ロールパン 0.8個 粉ミルク	ふんわりコーン かぼちゃクッキー 牛乳	
26	木	<五目あんかけ焼きそば風> うどん(乾)12g 豚肉 11g にんじん 7g こまつな 14g はくさい 21g しいたけ 3.5g コンソメ こいくちしょうゆ 砂 糖 かたくり粉 <ツナの煮物> ツナ缶20g たまねぎ 20g こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <りんごコンポート> りんご 32g	ふかしいも 牛乳	
27	金 赤ちゃんせんべい	<みそおでん> 厚揚げ 14g じゃがいも 21g 大根 28g 卵 11g 砂糖 あわせみそ だし汁 <キャベツとツナの煮物> キャベツ 32g ツナ缶 6.3g 砂糖 こいくちしょうゆ だし汁 かたくり粉 <ごはん> ごはん75-90g <粥> 粥75-90g	たべっこどうぶつ ほうれん草せんべい 牛乳	
28	土	<離乳レトルト> キューピーレトルト1個 <ブロッコリー>ブロッコリー20g <バナナ>バナナ35g <牛乳> 牛乳30g	あかちゃんせん	