

2021年 2月 離乳食中期

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	月	赤魚	米 ジャガイモ	トマト
2	火	ササミ	米	ブロッコリー りんご
3	水	赤魚	米	人参
4	木	絹ごし豆腐	米	キャベツ
5	金	鮭	米	南瓜
6	土	絹ごし豆腐 ヲろ	米 さつまい	
7	日			
8	月	ササミ	米	キャベツ
9	火	絹ごし豆腐	米	大根 胡瓜
10	水	赤魚	米 片栗粉	ブロッコリー パナナ
11	木			
12	金	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	人参 キャベツ
13	土	ササミ	米	人参 パナナ
14	日			
15	月	絹ごし豆腐	米	玉葱 人参
16	火	鮭	米	大根 胡瓜
17	水			
18	木	ササミ	米	ブロッコリー 人参 南瓜
19	金	絹ごし豆腐	米	ホウレン草 玉葱
20	土	ササミ	米	キャベツ パナナ
21	日			
22	月	ササミ	米	トマト キャベツ 人参
23	火			
24	水	絹ごし豆腐	米 ジャガイモ	ブロッコリー 人参
25	木	赤魚		玉葱 胡瓜
26	金	絹ごし豆腐	米 さつまい	ホウレン草
27	土	ササミ	米 ジャガイモ	キャベツ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月齢に応じて食材、調理形態を変更することがあります。