

2023年

5月

離乳食献立

わかば中央保育室

日付	完了期	後期	中期	初期
1 月	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏ひき肉とブロッコリー煮 ひじきの白和え ごはん キャベツとえのきのみそ汁 もも	5倍粥 ひじきの白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	7倍粥 ひじきの白和え 鶏ひき肉とブロッコリー煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリー煮
2 火	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
	ハッシュドポークライス ブロッコリーのツナサラダ もやし中華スープ みかん	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参和え もやしと玉ねぎのスープ	鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
6 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	しょうゆラーメン 棒ぎょうざ バナナ	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
8 月	牛乳 おかかおにぎり	しらすおじや	しらすおじや	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
9 火	ピザバーグ ごはん コールスローサラダ パイン ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 ジャムサンド	パン粥	パン粥	
9 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉とキャベツのみそ炒め 春雨サラダ ごはん 豆腐となめこのみそ汁 なし	5倍粥 豆腐のすまし汁 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 スティック人参・きゅうり	7倍粥 豆腐のすまし汁 鶏ひき肉と野菜のみそ煮 かぼちゃ煮	10倍粥 豆腐煮 かぼちゃ煮
10 水	牛乳 お麩ラスク	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
10 水	ミートソーススパゲティ ブロッコリーとしらす和え 小松菜とコーンのスープ もも	ミートソーススパゲティ ブロッコリーとしらす和え 小松菜のスープ	7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ブロッコリーとしらす煮 小松菜のスープ	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
	牛乳 納豆チャーハン	ブロッコリーおじや	ブロッコリーおじや	
11 木	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	鶏肉と野菜の照り焼き ごはん マカロニサラダ みかん キャベツと油揚げのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 マカロニサラダ キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 キャベツのみそ汁	10倍粥 ほうれん草煮 かぼちゃ煮
12 金	牛乳 じゃがいも煮	じゃがいも煮	じゃがいも煮	
	牛乳 クリームサンドビスケット	ウエハース	おせんべい	
12 金	肉団子の豆乳スープ わかめごはん 小松菜とちくわ炒め パイン	5倍粥 肉団子スープ 小松菜と人参和え	7倍粥 肉団子スープ 小松菜と人参煮	10倍粥 豆腐煮 人参煮
	牛乳 いちごジャム蒸しパン	かぼちゃ団子	かぼちゃ団子	
13 土	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	豚肉のしょうが焼き ごはん おからサラダ ミニゼリー 人参ともやしのみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参和え 人参ともやしのみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 ブロッコリーと人参煮 人参のみそ汁	10倍粥 しらす煮 人参煮
15 月	牛乳 クリームサンドビスケット おせんべい	野菜リング	野菜リング	
	牛乳 ビスケット	ビスケット	おせんべい	
15 月	豆腐ハンバーグ ごはん ほうれん草と人参のごま和え わかめとえのきのみそ汁 みかん	5倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参和え ブロッコリーのみそ汁	7倍粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ブロッコリー煮
	牛乳 ココアバナナケーキ	バナナきな粉	バナナきな粉	
16 火	牛乳 おせんべい	おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん 小松菜の中華風サラダ バナナ 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 カレイ煮 小松菜と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 カレイ煮 小松菜と人参煮 玉ねぎのみそ汁	10倍粥 カレイ煮 人参煮
17 水	牛乳 薄焼きピザ	かぼちゃおやき	かぼちゃおやき	
	牛乳 小魚せんべい	おせんべい	おせんべい	
17 水	じゃがいものそぼろ煮 ごはん キャベツと人参のおかか和え お麩とほうれん草のみそ汁 なし	5倍粥 ほうれん草のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 キャベツと人参和え	7倍粥 ほうれん草のみそ汁 しらすとじゃがいも煮 キャベツと人参煮	10倍粥 しらす煮 じゃがいも煮
	牛乳 チヂミ	野菜リング	野菜リング	

18 木	牛乳 おせんべい ビビンバ丼 ブロッコリーと人参のゆかり和え 豆腐と油揚げのみそ汁 もも はらぺこクッキー	おせんべい 三色粥 ブロッコリーと人参和え 豆腐のみそ汁	おせんべい 三色粥 ブロッコリーと人参煮 豆腐のみそ汁	10倍粥 豆腐煮 ほうれん草煮
	牛乳 クリームサンドビスケット 鶏肉のパン粉焼き ごはん ジャーマンポテト みかん 小松菜と人参のみそ汁 麦茶 コーンフレーク	ウエハース 5倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁 野菜リング	おせんべい 7倍粥 マッシュポテト 鶏ひき肉とブロッコリー煮 小松菜と人参のみそ汁 野菜リング	10倍粥 じゃがいも煮 ブロッコリー煮
20 土	牛乳 おせんべい あんかけうどん かぼちゃの煮つけ バナナ	おせんべい 野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	おせんべい 野菜うどん かぼちゃ煮 バナナ	10倍粥 しらす煮 かぼちゃ煮
	牛乳 おいなりさん 牛乳 ビスケット	しらすおじや ビスケット	しらすおじや おせんべい	
22 月	しらすと野菜煮 ごはん キャベツの納豆サラダ パイン じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 麦茶 レアヨーグルトケーキ	5倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 バナナ おせんべい	7倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 バナナ おせんべい	10倍粥 しらす煮 人参煮
	牛乳 おせんべい チキンカレーライス ほうれん草としめじのソテー 豆と野菜のスープ なし 牛乳 たぬきうどん	おせんべい 5倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草と人参和え 豆と野菜スープ しらすうどん	おせんべい 7倍粥 柔らか肉じゃが ほうれん草と人参煮 豆と野菜スープ しらすうどん	10倍粥 じゃがいも煮 ほうれん草煮
24 水	牛乳 小魚せんべい マーボー豆腐丼 ブロッコリーと人参のおかか和え わかめスープ もも 牛乳 ぶどうゼリー おせんべい	おせんべい 鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参和え 玉ねぎのスープ きな粉ヨーグルト	おせんべい 鶏ひき肉粥 ブロッコリーと人参煮 玉ねぎのスープ きな粉ヨーグルト	10倍粥 ブロッコリー煮 人参煮
	牛乳 おせんべい ひじきの和風ハンバーグ ごはん スパゲティのツナサラダ みかん 大根と厚揚げのみそ汁 麦茶 コーンフレーク	おせんべい 5倍粥 豆腐ハンバーグ スパゲティサラダ 大根のみそ汁 野菜リング	おせんべい 7倍粥 豆腐ハンバーグ かぼちゃ煮 大根のみそ汁 野菜リング	10倍粥 かぼちゃ煮 大根煮
26 金	牛乳 クリームサンドビスケット 鶏肉のトマト煮 ごはん 三色ナムル ミニゼリー 高野豆腐としめじのみそ汁 牛乳 フルーツポンチ 小魚せんべい	ウエハース 5倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 三色和え ブロッコリーのみそ汁 バナナ おせんべい	おせんべい 7倍粥 鶏ひき肉とトマト煮 ほうれん草と人参煮 ブロッコリーのみそ汁 バナナ おせんべい	10倍粥 ほうれん草煮 人参煮
	牛乳 おせんべい 鮭チャーハン ブロッコリーとひじきの炒めもの 春雨スープ バナナ 牛乳 和風トースト	おせんべい しらす粥 ブロッコリーと人参和え 野菜スープ バナナ パン粥	おせんべい しらす粥 ブロッコリーと人参煮 野菜スープ バナナ パン粥	10倍粥 しらす煮 ブロッコリー煮
29 月	牛乳 ビスケット クリームスパゲティ キャベツとしらす和え ブロッコリーのコンソメスープ なし 牛乳 ごま塩おにぎり	ビスケット クリームスパゲティ キャベツとしらす和え ブロッコリーのスープ ほうれん草おじや	おせんべい 7倍粥 鶏ひき肉のクリーム煮 キャベツとしらす煮 ブロッコリーのスープ ほうれん草おじや	10倍粥 かぼちゃ煮 ブロッコリー煮
	牛乳 おせんべい 厚揚げの野菜あんかけ ごはん カミカミサラダ もも お麩とわかめのみそ汁 牛乳 パンケーキ	おせんべい 5倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉とほうれん草煮 スティック人参・きゅうり かぼちゃおやき	おせんべい 7倍粥 人参のみそ汁 鶏ひき肉とほうれん草煮 ブロッコリーと人参煮 かぼちゃおやき	10倍粥 かぼちゃ煮 ほうれん草煮
31 水	牛乳 小魚せんべい 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ごはん ブロッコリーの白和え ミニゼリー 納豆汁 麦茶 お誕生日ケーキ	おせんべい 5倍粥 根菜のみそ汁 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ほうれん草の白和え バナナヨーグルト	おせんべい 5倍粥 根菜のみそ汁 鶏ひき肉とかぼちゃ煮 ほうれん草の白和え バナナヨーグルト	10倍粥 豆腐煮 人参煮

※食材の都合により、献立が変更になる場合があります。

※完了食は、普通献立表に記載されている食材のうち揚げ物、鶏卵を含む食材以外すべて提供されますので、ご家庭でお試ください。