

2025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
1 木	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	カレーライス 三色ナムル わかめスープ みかん	かぼちゃと鶏のドリア風 三色和え（人参、ほうれん草、もやし） 玉ねぎのスープ	かぼちゃと鶏のドリア風 人参とほうれん草煮 玉ねぎのスープ
	牛乳、きな粉蒸しパン	ひじき粥	ひじき粥
2 金	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ハンバーグ ごはん コールスローサラダ パイン 小松菜とコーンのスープ	5倍粥 ハンバーグ キャベツと人参和え 小松菜のスープ	7倍粥 ハンバーグ風 キャベツと人参煮 小松菜のスープ
	牛乳、こいのぼりクッキー	ヨーグルト	ヨーグルト
3 土・祝	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	
	休日保育		
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
4 日・祝	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	休日保育		
	牛乳、ビスケット	野菜リング	野菜リング
5 月・祝	牛乳、ウエハース	ウエハース	
	休日保育		
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
6 火・祝	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	休日保育		
	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	野菜リング
7 水	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	
	鶏肉ののり塩焼き ごはん ほうれん草と人参のおかか和え もも 高野豆腐とキャベツのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え キャベツのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮 キャベツのみそ汁
	牛乳、チヂミ	人参粥	人参粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
8 木	肉じゃが ごはん ブロッコリーと人参のゆかり和え 白菜ともやしのみそ汁 なし	5倍粥 肉じゃが風 ブロッコリーと人参和え 白菜のみそ汁	7倍粥 肉じゃが風 ブロッコリーと人参煮 白菜のみそ汁
	牛乳、ジャムサンド	パン粥	パン粥
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
9 金	鶏肉の照り焼き ごはん キャベツと人参のごま和え ミニゼリー お麩とほうれん草のみそ汁	5倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 しらすと野菜煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
	牛乳、薄焼きビザ	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ちゃんぽん麺 しゅうまい ささみときゅうりのあえもの パナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参） きゅうりスティック パナナ	あんかけうどん （うどん、鶏ささみ、キャベツ、人参） ブロッコリー煮 パナナ
10 土	牛乳、昆布ごはん	しらす粥	しらす粥
	牛乳、ビスケット	ウエハース	
	休日保育		
11 日	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	おせんべい
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	厚揚げと野菜のみそ炒め ごはん 白菜と人参のおかか和え もも かぶとコーンのスープ	5倍粥 しらすと人参煮 マッシュかぼちゃ キャベツのスープ	7倍粥 しらすと人参煮 マッシュかぼちゃ キャベツのスープ
12 月	麦茶、コーンフレーク	野菜リング	野菜リング
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	カレイのごま照り焼き ごはん スパゲティースラダ パイン 豆腐とわかめのみそ汁	5倍粥 カレイのほぐし スパゲティースラダ 豆腐のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 スパゲティースラダ 豆腐のみそ汁
13 火	牛乳、きな粉お麩ラスク	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	クリームスパゲティ パナナ ブロッコリーのゆかり和え キャベツと玉ねぎのスープ	スープスパゲティ （スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草） 茹でブロッコリー パナナ	スープスパゲティ （スパゲティ、鶏ひき肉、玉ねぎ、ほうれん草） ブロッコリー煮 パナナ
14 水	牛乳、わかめごはん	しらす粥	しらす粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	チャプチェ ごはん ほうれん草と人参のごま和え なし 里芋とねぎのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参和え 玉ねぎのみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とブロッコリー煮 ほうれん草と人参煮 玉ねぎのみそ汁
15 木	牛乳、メロンパンクッキー	マッシュかぼちゃ	マッシュかぼちゃ
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	ささみとブロッコリーのあんかけ ごはん 高野豆腐と野菜のきめ煮 わかめとえのきのみそ汁	5倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのあんかけ 人参と大根煮 ほうれん草のみそ汁
16 金	牛乳、お好み焼き	キャベツのおやき	キャベツ粥
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	ビビンバ ミニゼリー ブロッコリーとひじきの炒めもの 小松菜とコーンのスープ	あんかけごはん （5倍粥、しらす、ほうれん草、人参） マッシュかぼちゃ 小松菜のスープ	あんかけごはん （7倍粥、しらす、ほうれん草、人参） マッシュかぼちゃ 小松菜のスープ
17 土	牛乳、ココアパンケーキ	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥

18 日	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	休日保育		
19 月	牛乳、ウエハース	ウエハース	野菜リング
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	ボーロピーンズ ごはん ブロックリーとしらす和え バイン 豆腐となめこのみそ汁	5倍粥 大豆と野菜のトマト煮 茹でブロックリー 豆腐のみそ汁	7倍粥 大豆と野菜のトマト煮 ブロックリー煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、わかめうどん	野菜うどん	野菜うどん
20 火	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
	タンドリーチキン ごはん マカロニサラダ もも キャベツと玉ねぎのみそ汁	5倍粥 しらすとほうれん草煮 マカロニサラダ（マカロニ、人参、きゅうり） キャベツのみそ汁	7倍粥 しらすとほうれん草煮 マカロニサラダ（マカロニ、人参） キャベツのみそ汁
	牛乳、シュガートースト	パン粥	パン粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
21 水	中華丼 みかん ちくわときゅうりのあえもの もやしの中華スープ	中華丼（5倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参） マッシュカぼちゃ 玉ねぎのみそ汁	中華丼（7倍粥、鶏ひき肉、白菜、人参） マッシュカぼちゃ 玉ねぎのみそ汁
	牛乳、小魚せんべい、ミニゼリー	野菜リング	野菜リング
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	じゃがいものそぼろ煮 ごはん キャベツの納豆サラダ なし ほうれん草と油揚げのみそ汁	5倍粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参和え ほうれん草のみそ汁	7倍粥 じゃがいものそぼろ煮 キャベツと人参煮 ほうれん草のみそ汁
22 木	牛乳、クラッカー	ひじき粥	ひじき粥
	牛乳、ビスケット	ビスケット	
	カレイのほぐし ごはん カミカミサラダ ミニゼリー りんちゃん汁	5倍粥 カレイのほぐし スティック人参・きゅうり 豆腐と大根のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 人参とブロックリー煮 豆腐と大根のみそ汁
	牛乳、パンケーキ	ウエハース	おせんべい
24 土	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	焼きそば しゅうまい ほうれん草としめじのソテー パナナ	肉みそあんかけうどん （うどん、鶏ひき肉、キャベツ、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ パナナ	肉みそあんかけうどん （うどん、鶏ひき肉、キャベツ、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ パナナ
	牛乳、おかかごはん	ブロックリー粥	ブロックリー粥
	牛乳、クリームサンドビスケット	ウエハース	
25 日	休日保育		
	牛乳、おせんべい	おせんべい	おせんべい
26 月	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	三色丼 春雨サラダ お麩とわかめのみそ汁 みかん	三色丼 （5倍粥、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ ブロックリーのスープ	三色丼 （7倍粥、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ ブロックリーのスープ
	牛乳、彩りそうめん	にゅうめん	にゅうめん
	牛乳、クリームサンドビスケット	ビスケット	
27 火	鶏肉のパン粉焼き ごはん ブロックリーと人参のごま和え なし 高野豆腐としめじのみそ汁	5倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ブロックリーと人参和え 豆腐のみそ汁	7倍粥 鶏ひき肉とほうれん草煮 ブロックリーと人参煮 豆腐のみそ汁
	牛乳、お麩ラスク	しらす粥	しらす粥
	牛乳、小魚せんべい	おせんべい	
	カレイのほぐし ごはん 豆とひじき煮 ミニゼリー キャベツと大根のみそ汁	5倍粥 カレイのほぐし 豆とひじき煮（大豆、ひじき、人参） キャベツと大根のみそ汁	7倍粥 カレイ煮 豆とひじき煮（大豆、ひじき、人参） キャベツと大根のみそ汁
28 水	麦茶、お誕生日ケーキ	フルーツヨーグルト	フルーツヨーグルト
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
	デミグラスソースハンバーグ ごはん ポテトサラダ バイン 白菜とコーンのスープ	5倍粥 ハンバーグ ポテトサラダ（じゃがいも、人参、きゅうり） 白菜のスープ	7倍粥 ハンバーグ風 ポテトサラダ（じゃがいも、人参） 白菜のスープ
	麦茶、コーンフレーク	ビスケット	おせんべい
30 金	牛乳、ビスケット	ウエハース	
	ミートソーススパゲティ パナナ ほうれん草と人参のおかか和え ブロックリーのコンソメスープ	スープスパゲティ （スパゲティ、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ パナナ	スープスパゲティ （スパゲティ、鶏ひき肉、人参、ほうれん草） マッシュカぼちゃ パナナ
	牛乳、ゆかりごはん	ほうれん草粥	ほうれん草粥
	牛乳、おせんべい	おせんべい	
31 土	豚肉のしょうが焼き ごはん キャベツのツナサラダ ミニゼリー ほうれん草ともやしのみそ汁	あんかけごはん （5倍粥、しらす、人参、キャベツ） きゅうりスティック ほうれん草のみそ汁	あんかけごはん （7倍粥、しらす、人参、キャベツ） ブロックリー煮 ほうれん草のみそ汁
	牛乳、マカロニきな粉	マカロニきな粉	マカロニきな粉

※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。

※日曜日、祝日は休日保育の為、朝おやつ、午後おやつのみ提供となります。