

5月 離乳食献立

中期食(5~8か月)			後期食(9~11か月)		
昼食			昼食		おやつ
	献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料
1金	鮭がゆ 肉じゃが 具なしスープ	米・鮭フレーク 豚ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参	鮭がゆ 肉じゃが すまし汁	米・鮭フレーク 豚ひき肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参 わかめ	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
2土	煮込みうどん キャベツとツナ煮	うどん・玉ねぎ・豚ひき肉・人参 キャベツ・きゅうり・ツナ	煮込みうどん キャベツとツナ煮	うどん・玉ねぎ・豚ひき肉・人参 キャベツ・きゅうり・ツナ	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス
7木	混ぜごはん 人参とコーンの和え物 具なしスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ 人参・コーン・キャベツ	混ぜごはん 人参とコーンの和え物 味噌汁	米・豚ひき肉・玉ねぎ 人参・コーン・キャベツ じゃが芋	おかががゆ 米・おがが
8金	パンがゆ 鶏そぼろ煮 キャベツの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・きゅうり・人参	食パン チキンボール キャベツの和え物 オニオンスープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・きゅうり・人参 玉ねぎ	乳児用おかし (赤ちゃんせんべい 又はかぼちゃポーロ)
9土	あんかけごはん きゅうりとコーン煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・ほうれん草 きゅうり・コーン・わかめ・人参	あんかけごはん きゅうりとコーン煮 味噌汁	米・豚ひき肉・ほうれん草 きゅうり・コーン・わかめ・人参 じゃが芋	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス
11月	5倍がゆ 煮魚 野菜煮 具なしスープ	米 カレイ キャベツ・人参	軟飯 煮魚 野菜煮 味噌汁	米 カレイ キャベツ・人参 豆腐・大根	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
12火	煮込みうどん マッシュポテト	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋	煮込みうどん マッシュポテト	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋	雑炊 米・人参・玉ねぎ 豚ひき肉
13水	5倍がゆ 鶏そぼろあん ほうれん草のおひたし 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ ほうれん草・人参・もやし	軟飯 鶏団子 ほうれん草のおひたし 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ ほうれん草・人参・もやし 玉ねぎ	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ
14木	パンがゆ そぼろ煮 ブロッコリーの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・きゅうり・ツナ・人参	食パン ミートボール ブロッコリーの和え物 野菜スープ	食パン 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・きゅうり・ツナ・人参 キャベツ・玉ねぎ	人参がゆ 米・人参・鶏ひき肉 大根
15金	5倍がゆ 麻婆豆腐 じゃこと野菜の和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 人参・きゅうり・じゃこ	軟飯 麻婆豆腐 じゃこと野菜の和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 人参・きゅうり・じゃこ わかめ	マッシュポテト じゃが芋
16土	煮込みうどん キャベツとツナ煮	うどん・玉ねぎ・豚ひき肉・人参 キャベツ・きゅうり・ツナ	煮込みうどん キャベツとツナ煮	うどん・玉ねぎ・豚ひき肉・人参 キャベツ・きゅうり・ツナ	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス

* おかがゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。

* 10時おやつは赤ちゃんせんべいです。

* おががのとろみつけに片栗粉を使用しています。

5月 離乳食献立

中期食(5~8か月)			後期食(9~11か月)			
昼食			昼食		おやつ	
	献立名	主な材料	献立名	主な材料	献立名と材料	
18	月	5倍がゆ 煮魚 二色野菜煮 具なしスープ	米 カレイ 人参・じゃが芋	軟飯 煮魚 二色野菜煮 すまし汁	米 カレイ 人参・じゃが芋 わかめ	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
19	火	煮込みうどん わかめとしらすの和え物	うどん・鶏ひき肉・大根・人参 わかめ・しらす・きゅうり	煮込みうどん わかめとしらすの和え物	うどん・鶏ひき肉・大根・人参 わかめ・しらす・きゅうり	人参がゆ 米・人参
20	水	混ぜごはん 人参とコーンの和え物 具なしスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ 人参・コーン・キャベツ	混ぜごはん 人参とコーンの和え物 味噌汁	米・豚ひき肉・玉ねぎ 人参・コーン・キャベツ じゃが芋	蒸しパン 蒸しパンミックス 豆乳
21	木	パンがゆ 鶏そぼろ煮 キャベツの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・きゅうり・人参	食パン チキンボール キャベツの和え物 オニオンスープ	食パン 鶏ひき肉・玉ねぎ キャベツ・ツナ・きゅうり・人参 玉ねぎ	おかががゆ 米・おかか
22	金	5倍がゆ そぼろ煮 ブロッコリー煮 具なしスープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・じゃが芋	軟飯 ミートボール ブロッコリー煮 野菜スープ	米 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・じゃが芋 キャベツ・人参	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
23	土	あんかけごはん きゅうりとコーン煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・ほうれん草 きゅうり・コーン・わかめ・人参	あんかけごはん きゅうりとコーン煮 味噌汁	米・豚ひき肉・ほうれん草 きゅうり・コーン・わかめ・人参 じゃが芋	蒸しパン 豆乳 蒸しパンミックス
25	月	5倍がゆ 煮魚 野菜煮 具なしスープ	米 カレイ キャベツ・人参	軟飯 煮魚 野菜煮 味噌汁	米 カレイ キャベツ・人参 豆腐・大根	ホットケーキ ホットケーキミックス 豆乳
26	火	煮込みうどん マッシュポテト	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋	煮込みうどん マッシュポテト	うどん・豚ひき肉・玉ねぎ・人参 じゃが芋	雑炊 米・人参・玉ねぎ 豚ひき肉
27	水	5倍がゆ 鶏そぼろあん ほうれん草のおひたし 具なしスープ	米 鶏ひき肉・玉ねぎ ほうれん草・人参・もやし	軟飯 鶏団子 ほうれん草のおひたし 味噌汁	米 鶏ひき肉・玉ねぎ ほうれん草・人参・もやし 玉ねぎ	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ
28	木	パンがゆ そぼろ煮 ブロッコリーの和え物 具なしスープ	食パン・豆乳 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・きゅうり・ツナ・人参	食パン ミートボール ブロッコリーの和え物 野菜スープ	食パン 豚ひき肉・玉ねぎ ブロッコリー・きゅうり・ツナ・人参 キャベツ・玉ねぎ	人参がゆ 米・人参・鶏ひき肉 大根
29	金	5倍がゆ 麻婆豆腐 じゃこと野菜の和え物 具なしスープ	米 豚ひき肉・豆腐 人参・きゅうり・じゃこ	軟飯 麻婆豆腐 じゃこと野菜の和え物 味噌汁	米 豚ひき肉・豆腐 人参・きゅうり・じゃこ わかめ	マッシュポテト じゃが芋
30	土	あんかけごはん キャベツ煮 具なしスープ	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・コーン	あんかけごはん キャベツ煮 味噌汁	米・豚ひき肉・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・コーン じゃが芋・わかめ	食パン/豆乳スープ 食パン 豆乳・玉ねぎ

* おかゆや軟飯の状態は、お子さんの食べ進み具合で調整します。

* 10時おやつは赤ちゃんせんべいです。

* おかずのとりみつけに片栗粉を使用しています。