

5月離乳食献立表

0歳児さくら組

日	曜	後期(9~11カ月)			完了期(12~18カ月)		
		献立	主な食材	おやつ	献立	主な食材	おやつ
1	金	ハンバーグ グリーンサラダ すまし汁 フルーツ	豚ミンチ 豆腐 玉葱 卵 パン粉 / キャベツ玉葱 ブロッコリー /豆腐 葱/フルーツ	赤ちゃん せんべい	こいのぼりバーグ グリーンサラダ すまし汁 フルーツ	豚ミンチ 豆腐 玉葱 卵 パン粉 ケチャップ /キャベツ玉葱 ブロッコリー/豆腐 葱/フルーツ	ゼリー
2	土	パン 果物			パン 果物		
7	木	肉じゃが キャベツの和え物 オレンジ	豚肉 玉葱 メークイン 人参 /キャベツ 胡瓜 人参/オレンジ	粥	カレーシチュー ゆで卵 ハムサラダ オレンジ	豚肉 玉葱 メークイン 人参 しめじりんご カレールウ/卵/キャベツ 胡瓜 人参/オレンジ	おにぎり
8	金	鶏じゃが 大豆サラダ みそ汁 パナナ	鶏肉 メークイン 玉葱 人参 グリーンピース/大豆水煮 胡瓜 人参/豆腐 葱 みそ/パナナ	乳児 ビスケット	鶏じゃが 大豆サラダ みそ汁 パナナ	鶏肉 メークイン 玉葱 人参 グリンピース/大豆水 卵 胡瓜人参 スキムミルク マヨネーズ/豆腐 なめこ わかめ 葱 みそ/パナナ	お菓子
9	土	パン 果物			パン 果物		
11	月	そぼろ煮 豆乳スープ ブロッコリーの和え物 オレンジ	鶏ミンチ メークイン 玉葱 人参 うす揚げ/大根 人参 豆腐 豆乳 /ブロッコリー 胡瓜 /オレンジ	ツナピザ	五目油炒め 豆乳スープ オレンジ ブロッコリーのごま和え	豚肉 メークイン 玉葱 人参 うす揚げ/大根 人参 豆腐 葱 豆乳 鶏がら/ブロッコリー ちくわ 胡瓜 ごま/オレンジ	ツナピザ
12	火	白身魚煮 みそ汁 人参といんげんの煮物 オレンジ	白身 玉葱 /人参 いんげん /南瓜 玉葱 みそ/オレンジ	赤ちゃん せんべい	白身魚の タルタルソースかけ 切り干しの煮物 みそ汁 オレンジ	白身玉葱 卵 マヨネーズ/切り干し人参 うす揚げ いんげん/南瓜 玉葱 青葱 みそ/オレンジ	お菓子
13	水	ポークチャップ チンゲン菜のスープ スパゲティサラダ パナナ	豚肉 玉葱 人参 ビーマン ケチャップ/チンゲン菜 人参 豆腐/ブロッコリー/スパゲティ 人参 胡瓜 /パナナ	食パン	ポークチャップ チンゲン菜のスープ 中華スパゲティ パナナ	豚肉 玉葱 人参 ビーマン しめじケチャップ /チンゲン菜 人参 豆腐/ブロッコリー/スパゲティ 人参 胡瓜 卵/パナナ	チーズ スティック
14	木	キャベツの具たくさん スープ ポテトサラダ キウイ	キャベツ 玉葱 人参 パン粉 粉チーズ マカロニ コンソメ/ じゃがいも 人参 胡瓜 /キウイ	お好み焼き	イタリアンスープ しゅうまい キウイ マゼドアンサラダ	キャベツ 玉葱 人参 卵 パン粉 粉チーズ マカロニ コンソメ/しゅうまい/じゃがいも 人参 胡瓜 マヨネーズ/キウイ	お好み焼き
15	金	じゃがいものお焼き 胡瓜和え みそ汁 パナナ	豚ミンチ メークイン 玉葱 人参 /胡瓜 しらす/キャベツ 人参 みそ/パナナ	乳児 ビスケット	コロケ 胡瓜の酢の物 みそ汁 パナナ	豚ミンチ メークイン 玉葱 人参 小麦粉 卵 パン粉 /胡瓜 わかめ しらす/キャベツ 人参 うす揚げ みそ/パナナ	お菓子
16	土	パン 果物			パン 果物		
18	月	松風焼き みそ汁 キャベツ和え オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 パン粉 豆腐 / キャベツ 玉葱 胡瓜 /さつま芋 豆腐 みそ/オレンジ	うどん	松風焼き フレンチサラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 玉葱 パン粉 豆腐 卵 ごま/キャベツ 玉葱 胡瓜 フレンチドレッシング/さつま芋 豆腐 みそ/オレンジ	焼うどん
19	火	具たくさんスープ 切干の煮物 オレンジ	にら 人参 キャベツ 玉葱 椎茸 豚肉/切干 人参 ほうれん草 /オレンジ	豆乳 クッキー	野菜ラーメンスープ ウィンナー オレンジ 切干とほうれん草の ごま酢和え	中華めん ごま油 にら 人参 キャベツ 玉葱 椎茸 豚肉 鶏がらスープ/ウィンナー/切干 人参 ほうれん草 ごま/オレンジ	豆乳 クッキー
20	水	白身魚煮 みそ汁 さつま芋 オレンジ ブロッコリー	白身/さつま芋/ブロッコリー /白菜 玉葱 厚揚げ みそ /オレンジ	ヨーグルト パナナ	白身魚の磯辺揚げ さつま芋の甘煮 ブロッコリー みそ汁 オレンジ	白身 青のり 天ぷら粉/さつま芋/ブロッコリー /白菜 玉葱 厚揚げ みそ/オレンジ	ヨーグルト パナナ
21	木	鶏肉のケチャップ煮 豆腐スープ 干草和え オレンジ	鶏肉 玉葱 人参 メークイン しいたけ ビーマン ケチャップ 片栗粉/キャベツ 人参 ほうれん草/豆腐 にら 人参 /パナナ	食パン	酢鶏 干草和え 豆腐とにらのスープ オレンジ	鶏肉 玉葱 人参 メークイン たけのこしいたけ にんにく ビーマンケチャップ 片栗粉/卵 キャベツ 人参 ほうれん草/豆腐 にら 人参 鶏がら/パナナ	メロンパン トースト
22	金	鮭のおかゆ 鶏肉の照り煮 マカロニサラダ ミルクスープ オレンジ	鮭フレーク グリンピース /鶏肉 /マカロニ 人参 胡瓜 /オレンジ玉葱 じゃが芋 人参 牛乳	赤ちゃん せんべい	鮭と卵の混ぜご飯 鶏のごま照り焼き マカロニサラダ ミルクスープ オレンジ	鮭フレーク 卵 グリンピース/鶏肉 ごま /マカロニ 人参 胡瓜 マヨネーズ/オレンジ 玉葱 じゃが芋 人参 牛乳	ケーキ
23	土	パン 果物			パン 果物		
25	月	ぎせい豆腐 チーズサラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 人参 玉葱 椎茸 卵 豆腐 葱/チーズ キャベツ 胡瓜 人参/じゃが芋 玉葱 人参 みそ /オレンジ	クリーム スパゲティ	ぎせい豆腐 チーズサラダ みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 人参 玉葱 椎茸 卵 豆腐 葱/チーズ キャベツ 胡瓜人参/じゃが芋 玉葱 人参 みそ /オレンジ	クリーム スパゲティ
26	火	大根のそぼろ煮 青菜ののり和え みそ汁 パナナ	大根 人参 鶏ミンチ/白菜 人参 のり佃煮ほうれん草/豆腐 さつま芋 みそ/パナナ	乳児 ビスケット	おでん 青菜ののり和え みそ汁 パナナ	大根 人参 ちくわ 平天 がんも こんにゃく/白菜 人参 のり佃煮ほうれん草/豆腐 さつま芋 みそ /パナナ	お菓子
27	水	鶏団子 キャベツのじゃこ和え みそ汁 オレンジ	鶏ミンチ 片栗粉/キャベツ しらす人参/えのき 豆腐 人参 小松菜/オレンジ	ロールパン	ひれかつ キャベツのじゃこ和え みそ汁 オレンジ	豚ひれ パン粉 小麦粉 卵 とんかつソース/キャベツ しらす人参 /えのき 豆腐 人参 小松菜/オレンジ	クリーム パン
28	木	マカロニのクリーム煮 大根サラダ オレンジ キャベツスープ	マカロニ 豚ミンチ 玉葱 人参 アスパラ 牛乳 小麦粉/大根 ツナ 胡瓜/キャベツ 玉葱 人参 /オレンジ	えんどう 粥	マカロニとアスパラの グラタン 大根サラダ オレンジ キャベツスープ	マカロニ 豚ミンチ 玉葱 人参 アスパラ パン粉 牛乳 粉チーズ小麦粉/大根 ツナ 胡瓜/キャベツ 玉葱 人参 ベーコン/オレンジ	えんどう ご飯
29	金	白身魚煮 春雨サラダ すまし汁 パナナ	白身/春雨 人参 胡瓜 /玉葱 人参 しいたけ ほうれん草/パナナ	赤ちゃん せんべい	白身の生姜煮 春雨サラダ かき卵汁 パナナ	白身/春雨 人参 胡瓜 ちくわ すりごま/玉葱 人参 しいたけ 卵 ほうれん草/パナナ	お菓子
30	土	パン 果物			パン 果物		

献立は、個人の離乳食摂取状況により、変更します。未摂取の食材があればお知らせ下さい。