



2023年5月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 (月)	お粥ペースト カレイ.玉ねぎ.人参ペースト だしスープ (小松菜) オレンジ	お粥 カレイ.玉ねぎ.人参煮 だしスープ (小松菜) オレンジ	軟飯 鶏肉と玉ねぎ煮 ひじき.人参.絹さや煮 すまし汁 (小松菜) オレンジ	軟飯 鶏肉のてりやき ひじきの煮物 (さつま揚げ抜き) みそ汁 オレンジ
	/	しらす粥 (ブロッコリー) キャベツ.人参煮	しらす粥 (ブロッコリー) キャベツ.人参煮	焼きビーフン (ベーコン抜き) 牛乳
2日 (火)	お粥ペースト 豆腐.トマト.ほうれん草ペースト だしスープ (かぼちゃ)	お粥 豆腐.トマト.ほうれん草煮 だしスープ (かぼちゃ)	軟飯 豚ひき肉.ほうれん草煮 トマトとアスパラサラダ みそ汁 (かぼちゃ.豆腐)	こいのぼりカレー アスパラサラダ (コーン抜き) コンソメスープ りんご
	/	パン粥 (調整粉乳) 小松菜.玉ねぎ.人参煮	パン粥 (調整粉乳) 小松菜.玉ねぎ.人参煮	こいのぼりサンド 牛乳
8日 22日 (月)	お粥ペースト しらす.大根.人参ペースト だしスープ (ブロッコリー)	お粥 しらす.大根.人参煮 だしスープ (ブロッコリー)	軟飯 鶏肉.大根煮 わかめ.もやし.人参のおかか和え すまし汁 (ブロッコリー)	軟飯 鶏のみそ焼き もやしのしらす和え すまし汁 オレンジ
	/	にゅうめん (ささみ.ほうれん草.玉ねぎ) きゅうり.人参煮	にゅうめん (ささみ.ほうれん草.玉ねぎ) きゅうり.人参煮	麩ラスク 牛乳
9日 23日 (火)	お粥ペースト たい.キャベツ.人参ペースト だしスープ (じゃが芋.小松菜)	お粥 たい.キャベツ.人参煮 だしスープ (じゃが芋.小松菜)	軟飯 豚肉.人参煮 キャベツ.しめじ煮 みそ汁 (じゃが芋.小松菜)	軟飯 新じゃが芋の肉じゃが (しらたき抜き) キャベツのおひたし (ちくわゆかり抜き) みそ汁 バナナ
	/	白菜と人参のおじや なす.ブロッコリー煮	白菜と人参といんげんのおじや なす.ブロッコリー煮	みかん牛乳寒天 牛乳
10日 24日 (水)	うどんペースト 豆腐.ブロッコリー.人参ペースト だしスープ (玉ねぎ)	うどん (ささみ.ほうれん草.人参) ツナ.ブロッコリー.きゅうり煮 すりおろしりんご	うどん (豚肉.ほうれん草.人参) ツナ.ブロッコリー.きゅうりのきなこ煮 スライスりんご	みそラーメン 大根と人参の煮物 (さつま揚げ抜き) りんご
	/	人参粥 さつま芋.キャベツ.トマト煮	人参粥 さつま芋.キャベツ.トマト煮	さけ軟飯 麦茶
11日 25日 (木)	お粥ペースト カレイ.ほうれん草.かぼちゃペースト だしスープ (大根.人参)	お粥 カレイ.ほうれん草.かぼちゃ煮 だしスープ (大根.人参) ヨーグルト	軟飯 カレイ.かぼちゃ煮 納豆和え (ほうれん草.もやし) みそ汁 (大根.人参) ヨーグルト	軟飯 カレイのマヨネーズ焼き (コーン抜き) 納豆和え みそ汁 みかんヨーグルト
	/	しらすとブロッコリーのおじや きゅうり.人参煮	しらすとブロッコリーのおじや きゅうり.人参煮	11日かぼちゃのあべかわ 25日お楽しみバナナケーキ 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。



2023年5月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
12日 26日 (金)	お粥ペースト たい.ブロッコリー.トマトペースト だしスープ (キャベツ.人参)	パン粥 たい.ブロッコリー.トマト煮 だしスープ (キャベツ.人参)	食パン 鶏肉.じゃが芋煮 トマト.ブロッコリーのきなこ和え だしスープ (キャベツ.人参)	食パン 鶏肉の塩焼き (レモン抜き) 新玉ねぎとトマトのサラダ ミルクスープ バナナ
		ほうれん草と玉ねぎのおじや さつま芋.人参煮	ほうれん草と玉ねぎのおじや さつま芋.人参煮	チーズおかか軟飯 麦茶
15日 29日 (月)	お粥ペースト 豆腐.白菜.人参ペースト だしスープ (小松菜.玉ねぎ)	お粥 豆腐.白菜.人参煮 だしスープ (小松菜.玉ねぎ)	軟飯 豚ひき肉.小松菜煮 白菜.人参煮 すまし汁 (豆腐.玉ねぎ)	マーボー丼 (しょうが抜き) もやし中華和え (ちくわ抜き) 中華スープ りんご
		うどん (ささみ.玉ねぎ.人参) 大根.きゅうり煮	うどん (ささみ.玉ねぎ.人参) 大根.きゅうり煮	オレンジケーキ (オレンジジュース抜き) 牛乳
16日 30日 (火)	そうめんペースト カレイ.ほうれん草.人参煮 だしスープ (ブロッコリー) バナナペースト	にゅうめん (ほうれん草.人参) カレイ.ブロッコリー.キャベツ煮 つぶしバナナ	肉みそパスタ (玉ねぎ.人参) ほうれん草.キャベツ煮 だしスープ (ブロッコリー) スティックバナナ	ミートソーススパゲティ ほうれん草サラダ (コーン抜き) コンソメスープ バナナ
		しらすと人参粥 小松菜.玉ねぎ煮	しらすと人参粥 小松菜.玉ねぎ煮	しらす菜飯軟飯 麦茶
17日 31日 (水)	お粥ペースト たい.人参.さつま芋ペースト だしスープ (小松菜.玉ねぎ)	お粥 たら.人参.さつま芋煮 だしスープ (小松菜.玉ねぎ)	軟飯 たら.さつま芋煮 ひじき.きゅうり.人参サラダ みそ汁 (小松菜.玉ねぎ)	軟飯 (押麦抜き) たらのいそべ焼き ひじきサラダ (ごぼう抜き) みそ汁 甘夏みかん
		ブロッコリーと玉ねぎのおじや なす.人参煮	ブロッコリーと玉ねぎのおじや なす.人参煮	フルーツゼリー (パイン缶抜き) 牛乳
18日 (木)	お粥ペースト しらす.じゃが芋.人参ペースト だしスープ (キャベツ)	お粥 しらす.じゃが芋.人参煮 だしスープ (キャベツ.きゅうり)	軟飯 鶏肉.じゃが芋煮 アスパラ.人参煮 すまし汁 (キャベツ.きゅうり)	チキンカレー チーズサラダ (コーン抜き) コンソメスープ りんご
		うどん (白菜.人参) かぼちゃ.小松菜煮	うどん (白菜.人参) かぼちゃ.小松菜煮	蒸しパン (レーズン抜き) 牛乳
19日 (金)	お粥ペースト 豆腐.ほうれん草.大根ペースト だしスープ (玉ねぎ.人参)	お粥 豆腐.ほうれん草.大根煮 だしスープ (玉ねぎ.人参)	軟飯 豚肉.ほうれん草煮 大根.人参煮 みそ汁 (豆腐.玉ねぎ.いんげん)	軟飯 豚肉の甘辛炒め (しょうが抜き) ツナサラダ みそ汁 オレンジ
		ツナと人参のおじや じゃが芋.小松菜煮	ツナと人参のおじや じゃが芋.小松菜煮	じゃが芋のお焼き (コーン抜き) 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。