

2024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 15日 (水)	お粥ペースト しらす,ほうれん草,人参ペースト だしスープ (かぼちゃ,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 しらす,なす煮 納豆和え (ひきわり納豆,ほうれん草,人参,醤油) だしスープ (かぼちゃ,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 豚肉,なす煮 納豆和え (ひきわり納豆,ほうれん草,人参,醤油) みそ汁 (かぼちゃ,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 豚肉となすのみそ炒め (にんにく抜き) 納豆和え すまし汁 (白菜,万能ねぎ) オレンジ
		パン粥 (調整粉乳) 白菜,人参,小松菜煮	スティック食パン 白菜,人参,小松菜煮	マドレーヌ (スキムミルク抜き) 牛乳
2日 (木)	お粥ペースト 豆腐,ブロッコリー,キャベツペースト だしスープ (大根) バナナペースト	お粥 豆腐,ブロッコリー,キャベツ煮 だしスープ (大根) バナナ	軟飯 (お粥+軟飯) 鶏肉,ブロッコリー煮 キャベツとピーマンのおかか和え (醤油) みそ汁 (大根) バナナ	こいのぼりケチャップライス 鶏肉の照り焼き ブロッコリーとトマトのサラダ コンソメスープ (大根,コーン) バナナ
		おじや (玉ねぎ,人参) トマト,小松菜煮	おじや (玉ねぎ,人参,みそ) トマト,小松菜煮	カレービーフンソテー (ベーコン抜き) 麦茶
20日 (月)	お粥ペースト カレイ,かぼちゃ,ほうれん草ペースト だしスープ (じゃが芋,人参) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,かぼちゃ,ほうれん草煮 だしスープ (じゃが芋,人参) 煮りんご	軟飯 (お粥+軟飯) 豚肉,かぼちゃ煮 のり and え (ほうれん草,もやし,醤油) みそ汁 (じゃが芋,人参) 煮りんご	軟飯 豚肉と厚揚げの甘辛炒め (にんにく,生姜抜き) もやしのおかか and え (塩昆布抜き) みそ汁 (かぼちゃ,白菜) 煮りんご
		さつま芋粥 ブロッコリー,人参煮	さつま芋ときなこ粥 ブロッコリー,人参煮	みそポテト (煮る) 牛乳
7日 21日 (火)	お粥ペースト 高野豆腐,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ (じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 高野豆腐,ブロッコリー,人参煮 だしスープ (じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) さわら,ブロッコリー,人参煮 すまし汁 (じゃが芋,玉ねぎ) オレンジ	軟飯 (押麦抜き) さわらのポテト焼き 大根の煮物 (切干大根⇒大根 ・ 竹輪抜き) みそ汁 (わかめ,玉ねぎ) オレンジ
		うどん (ささみ,大根,人参,醤油) トマト,小松菜,玉ねぎ煮	うどん (ささみ,大根,人参,醤油) トマト,小松菜,玉ねぎ煮	ウィンナーチーズ蒸しパン 牛乳
8日 22日 (水)	パン粥ペースト (調整粉乳) たい,かぼちゃ,ほうれん草ペースト だしスープ (キャベツ,人参) バナナペースト	パン粥 (調整粉乳) たい,かぼちゃ煮 ほうれん草,ツナ and え (醤油) だしスープ (キャベツ,人参) バナナ	スティック食パン 鶏肉,かぼちゃのケチャップ煮 (砂糖) ほうれん草,ツナ and え (醤油) 豆乳スープ (キャベツ,人参,みそ) バナナ	ロールパン 鶏肉の塩焼き (レモン抜き) ツナとほうれん草サラダ ミルクスープ (かぼちゃ,玉ねぎ,人参) バナナ
		しらす粥 (ブロッコリー) 白菜,人参煮	さけ粥 (ブロッコリー, 醤油) 白菜,人参煮	さけとグリーンピースのおにぎり 麦茶
9日 23日 (木)	お粥ペースト 豆腐,白菜,人参ペースト だしスープ (ブロッコリー,玉ねぎ) 煮りんごペースト	お粥 豆腐,白菜,人参煮 だしスープ (ブロッコリー,玉ねぎ) 煮りんご	軟飯 (お粥+軟飯) 豆腐のそぼろかけ (豚ひき肉,玉ねぎ,醤油) ブロッコリーの青のり and え (醤油) みそ汁 (白菜,人参) 煮りんご	軟飯 豆腐の野菜そぼろかけ ブロッコリーのチーズサラダ みそ汁 (小松菜,じゃが芋) 煮りんご
		にゅうめん (小松菜,玉ねぎ,みそ) じゃが芋,人参煮	にゅうめん (小松菜,玉ねぎ,みそ) じゃが芋,人参煮	塩やきそば (にんにく抜き) 麦茶
10日 24日 (金)	お粥ペースト しらす,キャベツ,人参ペースト だしスープ (大根,玉ねぎ) バナナペースト	お粥 しらす,キャベツ,人参煮 だしスープ (大根,玉ねぎ) バナナヨーグルト	軟飯 (お粥+軟飯) 豚肉,キャベツ煮 ひじき,玉ねぎ,人参煮 (醤油) みそ汁 (大根) バナナヨーグルト	軟飯 豚肉とキャベツの中華炒め (にんにく,生姜抜き) ひじきの中華サラダ 中華スープ (大根,チンゲン菜) バナナヨーグルト
		おじや (玉ねぎ,人参) チンゲン菜,きゅうり煮	おじや (玉ねぎ,人参,醤油) チンゲン菜,きゅうり煮	オレンジゼリー (オレンジジュース抜き) 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。
 ☆完了期の朝おやつのはビスケットとせんべいはハイハイとなります。
 ☆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。

2024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)
11日 25日 (土)	お粥ペースト 豆腐,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ (じゃが芋) オレンジ果汁	お粥 豆腐,ブロッコリー,人参煮 だしスープ (じゃが芋) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 鶏肉,ブロッコリー,人参煮 みそ汁 (じゃが芋) オレンジ	軟飯 鶏肉のごまみそ煮 コーンサラダ すまし汁 (豆腐,わかめ) オレンジ
		うどん (白菜,人参,みそ) 小松菜,玉ねぎ煮	うどん (白菜,人参,みそ) 小松菜,玉ねぎ煮	マカロニきなこ 牛乳
13日 27日 (月)	お粥ペースト カレイ,ほうれん草,さつま芋ペースト だしスープ (キャベツ,人参) 煮りんごペースト	お粥 カレイ,ほうれん草煮 さつま芋のヨーグルト和え だしスープ (キャベツ,人参) 煮りんご	軟飯 (お粥+軟飯) カレイ,ほうれん草煮 さつま芋のヨーグルト和え みそ汁 (キャベツ,人参) 煮りんご	軟飯 カレイのいそべ焼き ヨーグルトサラダ みそ汁 (ほうれん草,油揚げ) 煮りんご
		ツナ粥 (じゃが芋) きゅうり,人参煮	ツナ粥 (じゃが芋,醤油) きゅうり,人参煮	じゃが芋お焼き 牛乳
14日 28日 (火)	うどんペースト しらす,かぼちゃ,ブロッコリーペースト だしスープ (大根,人参) バナナペースト	うどん (大根,人参,醤油) ささみ,かぼちゃ,ブロッコリー煮 バナナ	うどん (大根,人参,醤油) ささみ,かぼちゃ,ブロッコリー煮 バナナ	肉うどん かぼちゃのみそマヨ焼き 新玉ねぎのおかか和え (竹輪,梅抜き) バナナ
		おじや (ほうれん草,玉ねぎ) きゅうり,人参煮	おじや (ほうれん草,玉ねぎ,みそ) きゅうり,人参煮	しらす青菜おにぎり 麦茶
29日 (水)	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,ほうれん草) オレンジ果汁	お粥 たい,キャベツ,人参煮 だしスープ (じゃが芋,ほうれん草) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 鮭の照り焼き ・ そら豆煮 キャベツ,人参おかか和え (醤油) みそ汁 (じゃが芋,ほうれん草) オレンジ	たけのこ軟飯 鮭の照り焼き (あじ⇒鮭) そら豆と新じゃが炒め みそ汁 (キャベツ,万能ねぎ) オレンジ
		おじや (玉ねぎ,人参) ブロッコリー,なす煮	おじや (玉ねぎ,人参,醤油) ブロッコリー,なす煮	お楽しみ米粉バナナケーキ (ココア抜き) 牛乳
16日 30日 (木)	お粥ペースト 豆腐,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ (キャベツ,玉ねぎ) 煮りんごペースト	お粥 豆腐,ブロッコリー,人参 だしスープ (キャベツ,玉ねぎ) 煮りんご	軟飯 (お粥+軟飯) 豚ひき肉,ブロッコリー煮 アスパラ,人参サラダ (醤油) スープ (トマト,キャベツ,玉ねぎ) 煮りんご	お豆と野菜のトマト煮 (カレールウ,中濃ソース抜き) アスパラのツナサラダ コンソメスープ (ウィンナー,小松菜,えのき) 煮りんご
		かぼちゃパン粥 (調整粉乳) 小松菜,人参煮	いちごジャムサンド かぼちゃ,小松菜,人参煮	いちごジャムサンド 牛乳
17日 31日 (金)	お粥ペースト しらす,ほうれん草,人参ペースト だしスープ (かぼちゃ,玉ねぎ) バナナペースト	お粥 しらす,ほうれん草,人参煮 だしスープ (かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ	軟飯 (お粥+軟飯) 鶏肉,人参煮 しらす和え (ほうれん草,醤油) みそ汁 (かぼちゃ,玉ねぎ) バナナ	軟飯 鶏肉の南部焼き しらすとほうれん草の和え物 みそ汁 (豆腐,長ネギ,わかめ) バナナ
		にゅうめん (白菜,人参,みそ) ブロッコリー,玉ねぎ煮	にゅうめん (白菜,人参,みそ) ブロッコリー,玉ねぎ煮	ピザトースト 牛乳
18日 (土)	お粥ペースト 高野豆腐,キャベツ,人参ペースト だしスープ (玉ねぎ) オレンジ果汁	お粥 高野豆腐,キャベツ,人参煮 だしスープ (玉ねぎ) オレンジ	軟飯 (お粥+軟飯) 豚肉,キャベツ,人参煮 みそ汁 (玉ねぎ) オレンジ	軟飯 豚肉のしぐれ煮 (ごぼう抜き) キャベツのマヨサラダ みそ汁 (大根,しめじ) オレンジ
		おじや (大根,人参) 小松菜,玉ねぎ煮	おじや (大根,人参,醤油) 小松菜,玉ねぎ煮	しっとりバナナクッキー 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。

☆完了期の朝おやつのはビスケットとせんべいはハイハイとなります。

☆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。