

2024年度 5月離乳食献立表

芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料			中期	後期	完了期	主な材料			
				エネルギー	パワー	ヘルシー				エネルギー	パワー	ヘルシー	
1 15 29 (水)	ごはん 豚肉とほうれん草のそぼろあん 人参のだし煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉とほうれん草のそぼろあん 人参のだし煮 チンゲン菜のスープ 果物	ごはん 豚肉とほうれん草のそぼろあん 人参のだし煮 チンゲン菜のスープ 果物	米 片栗粉 小麦粉	豚肉 豆腐 調整粉乳 牛乳	ほうれん草 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 長ねぎ	8 22 (月)	ごはん 豚肉とかぼちゃの煮物 人参ときゅうりの土佐煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉とかぼちゃの煮物 人参ときゅうりの土佐煮 大根のすまし汁 果物	ごはん 豚肉とかぼちゃの煮物 人参ときゅうりの土佐煮 大根のすまし汁 果物	米 片栗粉	豚肉 かつお節 ヨーグルト 牛乳	かぼちゃ キャベツ 長ねぎ きゅうり 人参 大根 りんご
			ソフトクッキー 牛乳							りんごヨーグルト 牛乳			
2 16 30 (木)	ごはん 鶏つくね煮 きゅうりのおかか和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏つくね きゅうりのおかか和え 三つ葉のすまし汁 果物	ごはん 鶏つくね きゅうりのおかか和え 三つ葉のすまし汁 果物	米 片栗粉 うどん	鶏肉 豆腐 かつお節 焼き麩 豚肉 牛乳	人参 きゅうり キャベツ 三つ葉 玉ねぎ 長ねぎ	9 23 (木)	ごはん 豆腐とたらのそぼろ煮 白菜のお浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豆腐とたらのそぼろ煮 白菜のお浸し お麩の味噌汁 果物	ごはん 豆腐とたらのそぼろ煮 白菜のお浸し お麩の味噌汁 鶏そぼろごはん 牛乳	米 片栗粉	豆腐 たら 焼き麩 味噌 鶏肉 牛乳	玉ねぎ 人参 白菜 大根 長ねぎ
			焼きうどん 牛乳										
17 31 (金)	ごはん 蒸しかれい 大根の煮物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸しかれい 大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい 大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 果物	米 さつまいも	かれい 高野豆腐 味噌 きな粉 牛乳	大根 人参 かぼちゃ 白菜 玉ねぎ 長ねぎ	10 24 (金)	ごはん 春野菜と豚肉の煮物 紅白煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 春野菜と豚肉の煮物 紅白煮 青のりの味噌汁 果物	ごはん 春野菜と豚肉の煮物 紅白煮 青のりの味噌汁 バナナパンケーキ 牛乳	米 じゃがいも 小麦粉	豚肉 味噌 豆腐 調整粉乳 牛乳	キャベツ 人参 大根 長ねぎ 青のり バナナ
			あべかわおさつ 牛乳										
18 (土)	肉うどん キャベツののり和え 野菜スープ(汁のみ)	肉うどん キャベツののり和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	肉うどん キャベツののり和え 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん 米	豚肉 豆腐 かつお節 牛乳	玉ねぎ キャベツ 長ねぎ 青のり	11 25 (土)	とろとろ野菜にゆう麺 大根と高野豆腐の含め煮 野菜スープ(汁のみ)	とろとろ野菜にゆう麺 大根と高野豆腐の含め煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	とろとろ野菜にゆう麺 大根と高野豆腐の含め煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	素麺 じゃがいも	鶏肉 高野豆腐 チーズ 牛乳	長ねぎ 大根 キャベツ 人参 青のり
			おかかおにぎり 牛乳							チーズいもち 牛乳			
20 (月)	ごはん 八宝菜風 粉ふき芋 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 八宝菜風 粉ふき芋 わかめのスープ 果物	ごはん 八宝菜風 粉ふき芋 わかめのスープ 果物	米 片栗粉 じゃがいも 小麦粉	豚肉 焼き麩 調整粉乳 牛乳	白菜 長ねぎ 人参 キャベツ わかめ	13 27 (月)	ごはん 豚肉となすの煮物 キャベツのしらす和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉となすの煮物 キャベツのしらす和え わかめの味噌汁 果物	ごはん 豚肉となすの煮物 キャベツのしらす和え わかめの味噌汁 果物	米 片栗粉 小麦粉	豚肉 豆腐 しらす 味噌 きな粉 調整粉乳 牛乳	なす 長ねぎ キャベツ 玉ねぎ わかめ
			キャロットケーキ 牛乳								きな粉蒸しパン 牛乳		
7 21 (火)	ごはん 鶏肉と野菜の煮込み 人参の白和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏肉と野菜の煮込み 人参の白和え さつまいものすまし汁 果物	ごはん 鶏肉と野菜の煮込み 人参の白和え さつまいものすまし汁 果物	米 片栗粉 さつまいも パン	鶏肉 豆腐 チーズ 牛乳	キャベツ 人参 きゅうり 大根 ピーマン 長ねぎ トマト	14 28 (火)	パン 蒸し鮭 じゃがいもサラダ 野菜スープ(汁のみ)	パン 蒸し鮭 じゃがいもサラダ 新玉のスープ 果物	パン 蒸し鮭 じゃがいもサラダ 新玉のスープ 果物	パン じゃがいも 米	鮭 しらす 牛乳	玉ねぎ 人参 長ねぎ キャベツ
			ピザトースト 牛乳							しらすおにぎり 牛乳			

* 主食は離乳食の進み具合に応じ、つぶし粥、10倍粥、7倍粥、5倍粥、軟飯、ごはんを提供します。

* 上段が午前食、下段が午後補食です。完了期は午前補食を食べます。

* 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。

* 今月の魚は かれい たら 鮭 しらすです。段階に応じ使用していきます。

* 今月の果物はバナナ・りんご・すいか・柑橘類等を予定しています。

* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。

* 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

