



2026年度 5月離乳食献立表



芦花の丘 かたるば保育園

日 曜日	中期	後期	完了期	午後補食	主な材料		
					エネルギー	パワース	ヘルシー
1 15 29 (金)	野菜たっぷりうどん 大根の昆布煮 野菜スープ (汁のみ)	野菜たっぷりうどん 大根の昆布煮 野菜スープ (汁のみ) 果物	野菜たっぷりうどん 大根の昆布煮 野菜スープ (汁のみ) 果物	青のりおにぎり 牛乳	うどん 米	豚肉 豆腐 牛乳	キャベツ 玉ねぎ 人参 大根 きゅうり 長ねぎ 小松菜 青のり
2 16 30 (土)	ごはん 肉豆腐 粉ふき芋 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 肉豆腐 粉ふき芋 キャベツの味噌汁 果物	ごはん 肉豆腐 粉ふき芋 キャベツの味噌汁 果物	チーズマカロニ 牛乳	米 じゃがいも 片栗粉 マカロニ	豚肉 豆腐 味噌 チーズ 牛乳	長ねぎ 玉ねぎ キャベツ 人参
18 (月)	ごはん 鶏肉のそぼろあんかけ かぼちゃの煮物 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 鶏肉団子 かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 果物	ごはん 鶏肉団子 かぼちゃの煮物 小松菜の味噌汁 果物	あんこサンド 牛乳	米 片栗粉 パン 砂糖	鶏肉 豆腐 味噌 小豆 牛乳	人参 玉ねぎ かぼちゃ 大根 小松菜 長ねぎ
19 (火)	ごはん 蒸しかれい 温野菜 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 蒸しかれい 温野菜 高野豆腐の味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい 温野菜 高野豆腐の味噌汁 果物	よもぎ蒸しパン 牛乳	米 さつまいも 小麦粉	かれい 高野豆腐 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ かぼちゃ ブロッコリー 長ねぎ よもぎ
20 (水)	ごはん 豆腐と豚肉のだし煮 きゅうりと人参の和え物 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 豆腐と豚肉のだし煮 きゅうりと人参の和え物 三つ葉のすまし汁 果物	ごはん 豆腐と豚肉のだし煮 きゅうりと人参の和え物 三つ葉のすまし汁 果物	のりポテト 牛乳	米 片栗粉 じゃがいも	豆腐 豚肉 牛乳	玉ねぎ 人参 きゅうり 三つ葉 大根 長ねぎ 青のり
7 21 (木)	なすのドライカレー風 キャベツサラダ 野菜スープ (汁のみ)	なすのドライカレー風 キャベツサラダ 野菜スープ (汁のみ) 果物	なすのドライカレー風 キャベツサラダ 野菜スープ (汁のみ) 果物	ホットケーキ 牛乳	米 片栗粉 小麦粉	豚肉 高野豆腐 牛乳	玉ねぎ かぼちゃ 人参 なす トマト キャベツ 大根 長ねぎ
8 22 (金)	ごはん 鶏そぼろ 茹でそら豆 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 鶏そぼろ 茹でそら豆 さつまいもの味噌汁 果物	ごはん 鶏そぼろ 茹でそら豆 さつまいもの味噌汁 果物	おかかおにぎり 牛乳	米 片栗粉 さつまいも	鶏肉 味噌 かつお節 牛乳	青のり 人参 玉ねぎ そら豆 キャベツ 長ねぎ
9 23 (土)	肉野菜にゆう麺 ふかし芋 野菜スープ (汁のみ)	肉野菜にゆう麺 ふかし芋 野菜スープ (汁のみ) 果物	肉野菜にゆう麺 ふかし芋 野菜スープ (汁のみ) 果物	ミルク蒸しパン 牛乳	素麺 さつまいも 小麦粉	豚肉 調整粉乳 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ 長ねぎ
11 25 (月)	パン 蒸し鮭 スナップエンドウのサラダ ポターージュ	パン 蒸し鮭 スナップエンドウのサラダ ポターージュ 果物	パン 蒸し鮭 スナップエンドウのサラダ ポターージュ 果物	グリーンピースおにぎり 牛乳	パン じゃがいも 米	鮭 チーズ 豆乳 味噌 牛乳	スナップエンドウ キャベツ 玉ねぎ 人参 長ねぎ グリーンピース
12 26 (火)	ごはん 鶏肉と豆腐の煮物 ほうれん草の白和え 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 人参つくね ほうれん草の白和え 大根のすまし汁 果物	ごはん 人参つくね ほうれん草の白和え 大根のすまし汁 果物	おからケーキ 牛乳	米 片栗粉 さつまいも 小麦粉	鶏肉 豆腐 おから 牛乳	人参 玉ねぎ ほうれん草 大根 長ねぎ
13 27 (水)	ごはん 八宝菜風 茹でブロッコリー 野菜スープ (汁のみ)	ごはん 八宝菜風 茹でブロッコリー チンゲン菜スープ 果物	ごはん 八宝菜風 茹でブロッコリー チンゲン菜スープ 果物	キャベツチヂミ 牛乳	米 片栗粉 小麦粉	豚肉 チーズ 牛乳	白菜 長ねぎ 人参 玉ねぎ ブロッコリー チンゲン菜 キャベツ
14 28 (木)	ごはん たらの出汁あんかけ 根菜煮 野菜スープ (汁のみ)	ごはん たらの出汁あんかけ 根菜煮 なすの味噌汁 果物	ごはん たらの出汁あんかけ 根菜煮 なすの味噌汁 果物	きな粉棒 牛乳	米 片栗粉 さつまいも じゃがいも	たら 味噌 きな粉 牛乳	人参 絹さや 大根 小松菜 長ねぎ なす バナナ

*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、普通炊きを提供します。

*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・鮭・しらす・たらです。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・オレンジ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。

