

# 2022年度 5月離乳食献立表



芦花の丘かたるば保育園

	初期	中期	後期	完了期	主な材料			初期	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	
2 16 30 (月)	パン粥 お麩のペースト じゃがいものペースト ブロッコリーペースト 野菜スープ(汁のみ)	パン粥 鶏団子 ブロッコリーサラダ 野菜スープ(汁のみ)	パン 鶏団子 ブロッコリーサラダ じゃがいものスープ 果物	パン 鶏団子 ブロッコリーサラダ じゃがいものスープ 果物	パン 片栗粉 じゃがいも 米	焼き麩 鶏肉 豆腐 ツナ 牛乳	ブロッコリー 人参 キャベツ 玉ねぎ 長ねぎ	9 23 (月)	ごは ん 豆腐のペースト 人参のペースト さつまいもペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 鶏肉ののし焼き 大根と人参の和え物 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 鶏肉ののし焼き 大根と人参の和え物 小松菜の味噌汁 果物	ごは ん 鶏肉ののし焼き 大根と人参の和え物 小松菜の味噌汁 果物	米 さつまいも	鶏肉 豆腐 味噌 牛乳	大根 人参 小松菜 長ねぎ 玉ねぎ
		ツナと人参のごはん 野菜スープ	ツナと人参のごはん 野菜スープ	ツナと人参のごはん 牛乳						さつまいもスティック 野菜スープ	さつまいもスティック 野菜スープ	さつまいもスティック 牛乳			
17 31 (火)	ごは ん たらのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 蒸し鮭 ほうれん草のお浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 蒸し鮭 ほうれん草のお浸し 豚汁 果物	ごは ん 蒸し鮭 ほうれん草のお浸し 豚汁 果物	米	たら 鮭 かつお節 豚肉 牛乳	ほうれん草 人参 大根 長ねぎ 玉ねぎ 青のり	10 24 (火)	ごは ん お麩のペースト 人参ペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん かぼちゃのそぼろあんかけ アスパラのコロコロサラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん かぼちゃのそぼろあんかけ アスパラのコロコロサラダ キャベツのスープ 果物	ごは ん かぼちゃのそぼろあんかけ アスパラのコロコロサラダ キャベツのスープ 果物	米 片栗粉	焼き麩 豚肉 牛乳	かぼちゃ 玉ねぎ アスパラガス 人参 キャベツ ひじき
		のりごは ん 野菜スープ	のりごは ん 野菜スープ	のりごは ん 牛乳						ひじきごは ん 野菜スープ	ひじきごは ん 野菜スープ	ひじきごは ん 牛乳			
18 (水)	ごは ん 豆腐ペースト じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 豆腐のそぼろ煮 粉ふき芋 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 豆腐のそぼろ煮 粉ふき芋 わかめスープ 果物	ごは ん 豆腐のそぼろ煮 粉ふき芋 わかめスープ 果物	米 じゃがいも マカロニ	豆腐 豚肉 きな粉 牛乳	人参 大根 長ねぎ 玉ねぎ キャベツ わかめ	11 25 (水)	ごは ん たいのペースト 大根のペースト かぼちゃペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん たいの野菜あんかけ そら豆のサラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん たいの野菜あんかけ そら豆のサラダ 白菜の味噌汁 果物	ごは ん たいの野菜あんかけ そら豆のサラダ 白菜の味噌汁 果物	米 片栗粉	たい 味噌 豆腐 きな粉 牛乳	人参 白菜 玉ねぎ そら豆 大根 長ねぎ バナナ かぼちゃ
		マカロニきな粉 野菜スープ	マカロニきな粉 野菜スープ	マカロニきな粉 牛乳						バナナとかぼちゃのきな粉和え 豆腐スープ	バナナとかぼちゃのきな粉和え 豆腐スープ	バナナとかぼちゃのきな粉和え 牛乳			
19 (木)	ごは ん かれないペースト 人参のペースト 大根のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 蒸しかれない 人参と高野豆腐の煮物 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 蒸しかれない 人参と高野豆腐の煮物 大根の味噌汁 果物	ごは ん 蒸しかれない 人参と高野豆腐の煮物 大根の味噌汁 果物	米 パン	か れ い 高野豆腐 味噌 牛乳	人 参 大根 長ねぎ 玉ねぎ 白菜	12 26 (木)	ごは ん たらのペースト 人参ペースト じゃがいもペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 豚肉となすの煮物 人参の土佐煮 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 豚肉となすの煮物 人参の土佐煮 玉ねぎのすまし汁 果物	ごは ん 豚肉となすの煮物 人参の土佐煮 玉ねぎのすまし汁 果物	米 そうめん	豚肉 かつお節 たら 牛乳	な す 人参 玉ねぎ きゅうり わかめ 長ねぎ
		人参パン粥 野菜スープ	人参ジャムパン 野菜スープ	人参ジャムパン 牛乳						たらと野菜のそうめん 野菜スープ	たらと野菜のそうめん 野菜スープ	たらと野菜のそうめん 牛乳			
6 20 (金)	ごは ん 豆腐ペースト じゃがいものペースト 人参ペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 鶏肉とじゃがいもの煮物 白菜サラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん 鶏肉とじゃがいもの煮物 白菜サラダ ねぎスープ 果物	ごは ん 鶏肉とじゃがいもの煮物 白菜サラダ ねぎスープ 果物	米 じゃがいも 片栗粉	豆腐 鶏肉 納豆 牛乳	玉ねぎ 人参 白菜 長ねぎ 青のり	13 27 (金)	ごは ん 豆腐のペースト じゃがいもペースト 大根のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん ひき肉入りマッシュポテト 大根とれんごんのサラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごは ん ひき肉入りマッシュポテト 大根とれんごんのサラダ 豆腐の味噌汁 果物	ごは ん ひき肉入りマッシュポテト 大根とれんごんのサラダ 豆腐の味噌汁 果物	米 じゃがいも パン	豚肉 豆腐 牛乳	玉ねぎ れんこん 大根 小松菜 長ねぎ 人参 青のり
		納豆ごは ん 野菜スープ	納豆ごは ん 野菜スープ	納豆ごは ん 牛乳						青のりパン粥 野菜スープ	青のりペースト 野菜スープ	青のりペースト 牛乳			
7 21 (土)	野菜たっぷり麺 じゃがいものペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	野菜たっぷり麺 きゅうりサラダ 野菜スープ(汁のみ)	野菜たっぷり麺 きゅうりサラダ 野菜スープ 果物	野菜たっぷり麺 きゅうりサラダ 野菜スープ 果物	うどん じゃがいも	鶏肉 豆腐 牛乳	白菜 長ねぎ 人参 きゅうり キャベツ 玉ねぎ	14 28 (土)	豆腐入りにゅう麺 ほうれん草のペースト さつまいもペースト 野菜スープ(汁のみ)	豆腐入りにゅう麺 ほうれん草のだし煮 野菜スープ(汁のみ)	豆腐入りにゅう麺 ほうれん草のだし煮 人参のスープ 果物	豆腐入りにゅう麺 ほうれん草のだし煮 人参のスープ 果物	そうめん さつまいも 米	豆腐 かつお節 牛乳	玉ねぎ 人参 ほうれん草 長ねぎ 白菜
		じゃがいもと人参のおやき 豆腐スープ	じゃがいもと人参のおやき 豆腐スープ	じゃがいもと人参のおやき 牛乳						おかかごは ん 野菜スープ	おかかごは ん 野菜スープ	おかかごは ん 牛乳			

\* 主食は離乳食の進み具合に応じた形状で提供します。

\* パン・麺等は、乳・卵不使用の製品を使用します。

\* 上段が午前食、下段が午後食です。完了期は午前補食に豆乳を飲みます。

\* 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 たい たら かわいい 鮭です。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・いちご等を予定しています。

\* 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。

\* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。







