



2020年5月 離乳食献立表



	朝 おやつ	昼食					おやつ		
		5~6ヶ月頃 初期	7~8ヶ月頃 中期	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品
1 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	パン粥	食パン	食パン	食パン	いちご	いちご	いちご
		バナナのペースト	鶏肉のトマト煮	鶏肉のトマト煮	鶏肉のトマト煮	ささみ、トマト、人参、玉ねぎ、 トマトピューレ(コンソメ)	かぼちゃ粥	かぼちゃ粥	米だし、かぼちゃ
		野菜スープ	キャベツサラダ	ツナサラダ	ツナサラダ	キャベツ、きゅうり(ツナ)			
		バナナ	バナナ	バナナ	バナナ				
2 (土)	赤ちゃん せんべい	昼食なし ※お弁当をお持ちください お茶は提供します					赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
							マスカット ゼリー	マスカット ゼリー	マスカット ゼリー
4 (月)		 みどりの日							
5 (火)		子どもの日 							
6 (水)		 振替休日							
7 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	蒸しパン	蒸しパン	米粉のケーキ ミックス、砂糖
		トマトのペースト	ポトフ	ツナポトフ	ツナポトフ	じゃが芋、人参、玉ねぎ (ツナ、コンソメ)	スープ	スープ	ブロックリー コンソメ
		野菜スープ	コールスローサラダ	コールスローサラダ	コールスローサラダ	キャベツ、トマト			
		バナナ	バナナ	バナナ	バナナ				
8 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	トマトスパゲティ	トマトスパゲティ	トマトスパゲティ	スパゲティ、トマトピューレ、鶏ひき肉、 玉ねぎ、ピーマン、人参(コンソメ)	和風雑炊	和風雑炊	米、小松菜、 人参、だし
		かぼちゃの ペースト	かぼちゃサラダ	かぼちゃサラダ	かぼちゃサラダ	かぼちゃ、きゅうり、人参	味噌汁	味噌汁	大根、だし、味噌
		野菜スープ	野菜スープ	コンソメスープ	コンソメスープ	玉ねぎ(コンソメ)			
9 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	昼食なし ※お弁当をお持ちください お茶は提供します					わかめ粥	米わかめだし
		さつまいもの ペースト	緊急事態宣言延長により 5月16日、23日、30日土曜日も お弁当の日になる可能性があります。 ご了承ください。					赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ							
11 (月)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	りんご粥	りんご粥	米りんご
		しらすのペースト	ささみのうま煮	レバーのうま煮	レバーのうま煮	ささみ、人参、だし (レバー、醤油、砂糖)	ブルー	ブルー	ブルー
		野菜スープ	きゅうりの和え物	きゅうりの酢の物	きゅうりの酢の物	きゅうり、しらす (わかめ、酢、醤油)			
		野菜スープ	具だくさん汁	具だくさん汁	具だくさん汁	人参、大根、だし(里芋、 長ねぎ、味噌)			
12 (火)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	スイートポテト	スイートポテト	さつまい
		じゃが芋の ペースト	豆腐のそぼろ煮	豆腐のそぼろ煮	豆腐のそぼろ煮	豆腐、玉ねぎ、人参、じゃが芋、 だし、鶏ひき肉(醤油、砂糖)	スープ	スープ	ほうれん草 コンソメ
		野菜スープ	小松菜のおひたし	小松菜のおひたし	小松菜のおひたし	小松菜、だし			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	人参、だし(なめこ、 万能ねぎ、味噌)			
13 (水)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	ぶどうゼリー	ぶどうゼリー	ぶどうジュース 毎日、砂糖
		人参のペースト	かれのいのだし煮	さわらのだし煮	さわらのだし煮	かれい、だし(さわら)	ゆかり粥	ゆかり粥	米ゆかり
		野菜スープ	人参の和え物	人参の和え物	人参の和え物	人参、小松菜、もやし(ひじき、 醤油、砂糖)			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	じゃが芋、だし(味噌) <えのき>			
14 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	にゅうめん	にゅうめん	素揚げ人参、玉ねぎ キャベツ、だし
		豆腐のペースト	豆腐のうま煮	豆腐のうま煮	豆腐のうま煮	豆腐、人参、鶏ひき肉、だし (豚ひき肉、味噌、長ねぎ)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ	もやしの和え物	もやしのナムル	もやしのナムル	ほうれん草、もやし (醤油、酢)			
		野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	玉ねぎ(コンソメ)			
15 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯~ご飯	米	そらまめ粥	そらまめ	米、そらまめ、塩
		ほうれん草の ペースト	ささみのだし煮	鶏肉の味噌焼き	鶏肉の味噌焼き	ささみ、だし (鶏肉、味噌、砂糖)	ブルー	ブルー	ブルー
		野菜スープ	納豆和え	納豆和え	納豆和え	ほうれん草、白菜、人参、 ひきわり納豆			
		野菜スープ	味噌汁	味噌汁	味噌汁	さつまい、だし (しめじ、味噌)			

※使用する食材の欄に目を通して頂き、お子様が口にしたい事のないものが含まれている場合は、給食提供日までにご家庭で試してみてください。
 試すことが出来ず、ご心配な時は声をかけてください。
 ()内は後期より、< >内は完了期のみ使用する食材です。
 今月初めて使用する食材は「9日グリーンピース」「13日(さわら)「えのき」「15日(そら豆)」「19日(切干大根)」「21日チンゲン菜」「22日(マーマレード)」です。

きらら保育園

	期 おやつ	昼食				おやつ			
		5~6ヶ月頃 初期	7~8ヶ月頃 中期	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品	9~11ヶ月頃 後期	12~18ヶ月頃 完了期	使われる食品
16 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ひじき粥	ひじき粥	米ひじき
		キャベツの ペースト	鮭のだし煮	鮭の塩焼き	鮭の塩焼き	鮭だし(塩)	味噌汁	味噌汁	人参いんげん だし味噌
		野菜スープ	ほうれん草の和え物	ほうれん草とツナの和え物	ほうれん草とツナの和え物	ほうれん草人参キャベツ (ツナ)			
			野菜スープ	味噌汁	味噌汁	じゃが芋だし(わかめ味噌)			
18 (月)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	ポテト	ポテト	じゃが芋
		大根のペースト	ポトフ煮	ポトフ煮	ポトフ煮	ささみじゃが芋人参玉ねぎ (コンソメ、しめじ)	スープ	スープ	かぼちゃ コンソメ
		野菜スープ	きゅうりのサラダ	セロリのサラダ	セロリのサラダ	きゅうり人参キャベツ (セロリ、酢、砂糖)			
			煮りんご	りんご	りんご	りんご			
19 (火)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	青のり粥	青のり粥	米青のりだし
		かぼちゃの ペースト	筑前煮	筑前煮	筑前煮	人参いんげん凍り豆腐ささみ だし(鶏肉、里芋、醤油、砂糖)	味噌汁	味噌汁	わかめだし味噌
		野菜スープ	人参の和え物	切干大根のサラダ	切干大根のサラダ	人参きゅうり (切干大根、酢、醤油)			
			野菜スープ	味噌汁	味噌汁	玉ねぎだし (わかめ、味噌)			
20 (水)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	みかんゼリー	みかんゼリー	オレンジジュース 寒天、砂糖
		じゃが芋の ペースト	ひらめのかぼちゃあんかけ	あじのかぼちゃあんかけ	あじのかぼちゃあんかけ	ひらめかぼちゃだし(あじ)	ほうれん草粥	ほうれん草粥	米だし ほうれん草
		野菜スープ	白菜の和え物	白菜の和え物	白菜の和え物	白菜人参小松菜			
			スープ	味噌汁	味噌汁	豆腐だし (万能ねぎ、味噌)			
21 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	レーズン 蒸しパン	レーズン 蒸しパン	米粉のケーキミックス ス、砂糖、レーズン
		白菜のペースト	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ	豆腐ハンバーグ	鶏ひき肉豆腐玉ねぎだし片栗粉	スープ	スープ	里芋、コンソメ
		野菜スープ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーサラダ	ブロッコリーりんご レタス(酢、砂糖)			
			青菜のスープ	青菜のスープ	青菜のスープ	玉ねぎ、チンゲン菜 しらす(コンソメ)			
22 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	オレンジ	オレンジ	オレンジ
		豆腐のペースト	ささみと野菜のうま煮	豚肉と野菜のうま煮	豚肉と野菜のうま煮	玉ねぎ人参ささみだし (豚肉、醤油、砂糖)	ブロッコリー粥	ブロッコリー粥	米だし ブロッコリー
		野菜スープ	青菜の和え物	青菜の和え物	青菜の和え物	ほうれん草、しらす			
			野菜スープ	味噌汁	味噌汁	じゃが芋だし (里芋、味噌)			
23 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	バナナ	バナナ	バナナ
		トマトのペースト	鶏肉のだし煮	鶏肉のマーマレード煮	鶏肉のマーマレード煮	鶏肉だし (マーマレード)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ	おかか和え	おかか和え	おかか和え	キャベツきゅうり、鯉節			
			おくらスープ	おくらスープ	おくらスープ	おくら玉ねぎ人参 (コンソメ)			
25 (月)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	きな粉粥	きな粉粥	米、きな粉、砂糖
		バナナのペースト	鶏肉の野菜あんかけ	豚肉の野菜あんかけ	豚肉の野菜あんかけ	ささみ人参玉ねぎ、じゃが芋 だし(豚肉)	ブルー	ブルー	ブルー
		野菜スープ	グリーンサラダ	グリーンサラダ	グリーンサラダ	きゅうり、レタス キャベツ(レーズン)			
			煮りんご	りんご	りんご	りんご			
26 (火)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	りんご粥	りんご粥	米、りんご
		キャベツの ペースト	鶏肉のだし煮	鶏肉の味噌焼き	鶏肉の味噌焼き	ささみだし (鶏肉、味噌、砂糖)	バナナ	バナナ	バナナ
		野菜スープ	白和え	白和え	白和え	人参、ほうれん草 豆腐(ひじき、醤油)			
			野菜スープ	清汁	清汁	大根、だし(味噌)			
27 (水)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	マッシュ ポテト	マッシュ ポテト	じゃが芋、塩
		じゃが芋の ペースト	鮭の野菜あんかけ	鮭の野菜あんかけ	鮭の野菜あんかけ	鮭、人参、玉ねぎ、だし、片栗粉	スープ	スープ	ブロッコリー コンソメ
		野菜スープ	人参の煮物	人参スティック	人参スティック	人参、だし			
			野菜スープ	味噌汁	味噌汁	じゃが芋、玉ねぎ、だし (味噌)			
28 (木)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	パン粥	食パン	食パン	食パン	ひじき粥	ひじき粥	米、ひじき、だし
		小松菜の ペースト	肉団子スープ	肉団子スープ	肉団子スープ	鶏ひき肉、白菜、人参 (コンソメ)、えのき	味噌汁	味噌汁	人参いんげん だし、味噌
		野菜スープ	ポテトサラダ	ポテトサラダ	ポテトサラダ	じゃが芋、人参、きゅうり			
			バナナ	バナナ	バナナ	バナナ			
29 (金)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	そらまめ粥	そらまめ粥	米、そらまめ、塩
		トマトのペースト	鶏つくね	鶏つくね	鶏つくね	鶏ひき肉、人参、だし、 片栗粉(醤油)	ブルー	ブルー	ブルー
		野菜スープ	トマトサラダ	ひじきサラダ	ひじきサラダ	トマト、きゅうり (ひじき、醤油、酢)			
			野菜スープ	コンソメスープ	コンソメスープ	人参、もやし(万能ねぎ コンソメ)			
30 (土)	赤ちゃん せんべい	10倍粥ペースト 又は重湯	7倍粥	5倍粥	軟飯〜ご飯	米	蒸しパン	蒸しパン	米粉のケーキ ミックス、砂糖
		人参のペースト	まぐろの煮つけ	まぐろの照り焼き	まぐろの照り焼き	かじき、だし(砂糖、醤油)	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい	赤ちゃん せんべい
		野菜スープ	大根サラダ	大根サラダ	大根サラダ	人参、きゅうり、大根			
			スープ	味噌汁	味噌汁	豆腐、だし(わかめ、味噌)			