

平成30年

5月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

| 日 | 曜 | 午前食 | | | | 主な材料 | | 午後食 | | 主な材料 |
|----|---|-----------------------|------------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|----------------------------------|--------------------------------|---------------------------------|--------------------------------------|------|
| | | ごっくん期 (A) | もぐもぐ期 (B) | かみかみ期 (C) | ぱくぱく期 (D) | 午前食 | | B | C | D |
| 1 | 火 | 粥 豆腐 きゃべつのスープ | 粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁 | 粥 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁 | 軟飯 ささみと野菜の煮物 きゃべつの味噌汁 | ささみ じゃがいも 人参 きゃべつ | わかめと白菜のうどん 豆腐と大根の煮物 | | わかめ 白菜 豆腐 大根 | |
| 2 | 水 | 粥 じゃがいも 人参のスープ | 二色粥 トマト 麩と玉葱の味噌汁 | 二色粥 トマト 麩と玉葱の味噌汁 | 二色ごはん トマト 麩と玉葱の味噌汁 | しらす 人参 トマト 麩 玉葱 | 野菜リゾット じゃがいも | 野菜ピラフ 青のり粉ふきいも | 玉葱 きゃべつ バター じゃがいも (あおのり) | |
| 7 | 月 | 軟飯 かぼちゃ 大根のスープ | 粥 白身魚のバター蒸し 大根の味噌汁 | 粥 白身魚のバター蒸し 大根の味噌汁 | 軟飯 白身魚のバター蒸し 大根の味噌汁 | カレー 玉葱 人参 バター 大根 | ささみと人参のお粥 かぼちゃの煮物 | 炊き込みごはん かぼちゃの煮物 | ささみ 人参 かぼちゃ | |
| 8 | 火 | 粥 じゃがいも ほうれんそうのスープ | パン粥 鶏と野菜のスープ煮 粉ふきいも | パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 粉ふきいも | 食パン 肉団子と野菜のスープ 粉ふきいも | 食パン 鶏胸肉 玉葱 人参 きゃべつ じゃがいも | しらすみそおじや ほうれんそうお浸し トマト | 五平もち しらすとほうれんそうの和え物 トマト | しらす ほうれんそう トマト | |
| 9 | 水 | 粥 豆腐 人参のスープ | 粥 豆腐と野菜の煮物 かぶとわかめの味噌汁 | 粥 豆腐ハンバーグ かぶとわかめの味噌汁 | 軟飯 豆腐ハンバーグ かぶとわかめの味噌汁 | 豆腐 人参 (CDパン粉) かぶ わかめ | にゅうめん 大根の煮物 | にゅうめん 大根スティック | そうめん 人参 小松菜 大根 | |
| 10 | 木 | 粥 かぼちゃ 白菜のスープ | 煮こみうどん かぼちゃのそぼろ煮 はくさいお浸し | 煮こみうどん かぼちゃのそぼろ煮 はくさいお浸し | 煮こみうどん かぼちゃのそぼろ煮 はくさいお浸し | うどん 人参 玉葱 かぼちゃ 鶏胸肉 白菜 | 野菜おじや きゃべつお浸し | 野菜おやき きゃべつお浸し | にんじん いんげん きゃべつ | |
| 11 | 金 | 粥 大根 きゃべつのスープ | 粥 ささみのおろし煮 小松菜お浸し きゃべつの味噌汁 | 粥 ささみのおろし煮 小松菜お浸し きゃべつの味噌汁 | 軟飯 ささみのおろし煮 小松菜お浸し きゃべつの味噌汁 | ささみ 大根 小松菜 きゃべつ | 豆腐あんかけ粥・かぶ りんごコンポートヨーグルトかけ | 豆腐あんかけ丼・かぶ りんごコンポートヨーグルトかけ | 豆腐 チンゲン菜 りんご ヨーグルト | |
| 12 | 土 | 粥 人参 じゃがいものスープ | 野菜おじや トマト 麩とわかめの味噌汁 | 野菜おじや トマト 麩とわかめの味噌汁 | 野菜おじや トマト 麩とわかめの味噌汁 | 人参 玉葱 トマト 麩 わかめ | しらすおじや 彩野菜の汁椀 | | しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも | |
| 14 | 月 | 粥 豆腐 小松菜のスープ | 粥 豆腐と野菜の煮物 大根と小松菜の味噌汁 | 粥 豆腐ボール 大根と小松菜の味噌汁 | 軟飯 豆腐ボール 大根と小松菜の味噌汁 | 豆腐 人参 (Dパン粉) 大根 小松菜 | 鶏と白菜のお粥 ほうれんそうとトマトの和え物 | 鶏と白菜のごはん ほうれんそうとトマトの和え物 | 鶏胸肉 白菜 ほうれんそう トマト | |
| 15 | 火 | 粥 じゃがいも 人参スープ | 粥 鶏の野菜蒸し じゃがいもの煮物 わかめ味噌汁 | 粥 鶏の野菜蒸し じゃがいもの煮物 わかめ味噌汁 | 軟飯 鶏の野菜蒸し じゃがいもの煮物 わかめ味噌汁 | ささみ にんじん 玉葱 バター じゃがいも わかめ | 野菜うどん チンゲン菜お浸し | | うどん 玉葱 きゃべつ チンゲン菜 | |
| 16 | 水 | 粥 白身魚 かぼちゃのスープ | パン粥 魚のトマト煮 玉葱と人参のスープ | パン粥 魚のソテー トマト 玉葱と人参のスープ | 食パン 魚のソテー トマト 玉葱と人参のスープ | 食パン カレイ (CD小麦粉 バター) トマト 玉葱 人参 | かぼちゃ粥 豆腐と小松菜の煮物 | かぼちゃごはん 豆腐と小松菜の煮物 | かぼちゃ 豆腐 小松菜 | |
| 17 | 木 | 粥 じゃがいも ほうれんそうのスープ | 粥 鶏とじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し | 粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し | 軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 ほうれんそうお浸し | 鶏胸肉 人参 じゃがいも ほうれんそう | チーズパン粥 温野菜 (かぶ・ブロッコリー) | 食パン・チーズ 温野菜 (かぶ・ブロッコリー) | 食パン チーズ かぶ ブロッコリー | |
| 18 | 金 | 粥 大根 きゃべつのスープ | みそうどん 大根の煮物 きゃべつのお浸し | みそうどん 大根きんぴら きゃべつのお浸し | みそうどん 大根きんぴら きゃべつのお浸し | うどん 人参 玉葱 大根 きゃべつ | しらすとグリーンピースのおじや かぼちゃの煮物 | しらすとグリーンピースのごはん かぼちゃのソテー | しらす グリーンピース かぼちゃ | |
| 19 | 土 | 粥 豆腐 白菜のスープ | 豆腐あんかけ粥 麩と白菜の味噌汁 | 豆腐あんかけ粥 麩と白菜の味噌汁 | 豆腐あんかけごはん 麩と白菜の味噌汁 | 豆腐 ほうれんそう 麩 白菜 | やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み | | 玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら | |
| 21 | 月 | 粥 かぼちゃ きゃべつのスープ | 鶏そぼろの粥 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁 | 鶏そぼろの粥 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁 | 鶏そぼろのごはん かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁 | 鶏胸肉 ほうれんそう かぼちゃ きゃべつ | きなこ粥 大根とわかめの煮物 | きなこおはぎ 大根とわかめの煮物 | きなこ 大根 わかめ | |
| 22 | 火 | 粥 白身魚 人参のスープ | 粥 煮魚 人参甘煮 白菜の味噌汁 | 粥 煮魚 人参甘煮 白菜の味噌汁 | 軟飯 煮魚 人参甘煮 白菜の味噌汁 | カレー 人参 はくさい | トマトとささみのうどん じゃがいも | トマトとささみのうどん じゃがいものお焼き | うどん トマト ささみ じゃがいも | |
| 23 | 水 | 粥 豆腐 かぼちゃのスープ | パン粥 豆腐のそぼろあんかけ かぶと人参のスープ | パン粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ かぶと人参のスープ | 食パン 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ かぶと人参のスープ | 食パン 豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) かぶ 人参 | しらすとほうれんそうのおじや かぼちゃの煮物 | しらすとほうれんそうのごはん かぼちゃの煮物 | しらす ほうれんそう かぼちゃ | |
| 24 | 木 | 粥 大根 人参のスープ | 粥 ささみと根菜の煮物 わかめと玉葱の味噌汁 | 粥 ささみと根菜の煮物 わかめと玉葱の味噌汁 | 軟飯 ささみと根菜の煮物 わかめと玉葱の味噌汁 | ささみ 大根 人参 わかめ 玉葱 | りんごパン粥 きゃべつとチンゲン菜の和え物 | りんごサンド きゃべつとチンゲン菜のソテー | 食パン りんご きゃべつ チンゲン菜 | |
| 25 | 金 | 粥 豆腐 小松菜のスープ | けんちんうどん トマト | けんちんうどん そらまめの煮物・トマト | けんちんうどん そらまめの煮物・トマト | うどん 豆腐 人参 白菜 そら豆 トマト | たらのみそおじや 小松菜お浸し | たらの炊きこみごはん 小松菜ののり和え | たら 人参 こまつな のり | |
| 26 | 土 | 粥 じゃがいも 人参スープ | 粥 野菜の煮物 豆腐と白菜の味噌汁 | 粥 野菜の煮物 豆腐と白菜の味噌汁 | 軟飯 野菜の煮物 豆腐と白菜の味噌汁 | じゃがいも 人参 大根 豆腐 白菜 | かぼちゃとさつまいものおじや 白身魚と野菜の洋風煮込み | | かぼちゃ さつまいも 人参 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら | |
| 28 | 月 | 粥 かぼちゃ 白菜のスープ | 粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のスープ | 粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のスープ | 軟飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 白菜のスープ | カレー かぼちゃ 白菜 | きなこパン粥 チンゲン菜とささみの煮びたし | きなこサンド チンゲン菜とささみの和え物 | 食パン きなこ チンゲン菜 ささみ | |
| 29 | 火 | 粥 大根 人参のスープ | 粥 鶏と野菜のスープ トマト | 粥 鶏団子と野菜のスープ トマト | 軟飯 鶏団子と野菜のスープ トマト | 鶏胸肉 玉葱 人参 大根 トマト | 味噌うどん 小松菜のしらすあえ | | うどん 人参 玉葱 小松菜 しらす | |
| 30 | 水 | 粥 じゃがいも きゃべつのスープ | パン粥 鶏とじゃがいものマッシュ きゃべつとチンゲン菜のスープ | パン粥 焼きポテト きゃべつとチンゲン菜のスープ | 食パン 焼きポテト きゃべつとチンゲン菜のスープ | 食パン じゃがいも 鶏挽き肉 玉葱 きゃべつ チンゲン菜 | 人参粥 ブロッコリー りんごヨーグルトあえ | 人参とおかかのごはん ブロッコリー りんごヨーグルトあえ | 人参 かつおぶし (D) ブロッコリー ヨーグルト りんご | |
| 31 | 木 | 粥 大根 ほうれんそうのスープ | 野菜うどん 大根の味噌煮 ほうれんそうお浸し | 野菜うどん 大根の味噌煮 ほうれんそうお浸し | 野菜うどん 大根の味噌煮 ほうれんそうお浸し | うどん ささみ きゃべつ 人参 大根 ほうれんそう | トマトリゾット 白菜・かぼちゃ | トマトピラフ 白菜・かぼちゃ | トマト 玉葱 バター (Dクチャップ) 白菜 かぼちゃ | |

ぱくぱく後期 (E) の午前食は乳児食と同じです。