平成31年　5月の離乳食予定献立表　沼間愛児園

		午前食				主な材料	午後食		主な材料
日	曜	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	午後食
7	火	粥　じゃがいも きゃべつのスープ	そぼろ粥 具たくさんスープ	そぼろ粥 具たくさんスープ	そぼろごはん 具たくさんスープ	鶏胸肉　ほうれんそう じゃがいも　玉葱　きゃべつ　人参	人参粥 豆腐と野菜のみそ煮	人参ごはん 豆腐と野菜のみそ煮	人参 豆腐　大根　トマト
8	水	粥　白身魚 人参のスープ	粥　煮魚 人参甘煮　わかめと玉葱の味噌汁	粥　煮魚 人参甘煮　わかめと玉葱の味噌汁	軟飯　煮魚 人参甘煮　わかめと玉葱の味噌汁	カレイ 人参　わかめ　玉葱	チーズおじや 白菜煮浸し・かぼちゃの煮物	チーズお焼き 白菜煮浸し・かぼちゃの煮物	チーズ　青のり（CD） 白菜　かぼちゃ
9	木	粥　じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥　ささみと野菜のスープ煮 トマト	パン粥　ささみと野菜のスープ煮 トマト	食パン　ささみと野菜のスープ トマト	食パン　ささみ　人参　きゃべつ トマト	二色粥 じゃがいもの味噌煮・ほうれんそう	二色ごはん じゃがいもの味噌煮・ほうれんそう	しらす　人参 じゃがいも　ほうれんそう
10	金	粥　かぼちゃ 白菜のスープ	粥　かぼちゃのそぼろ煮物 白菜の味噌汁	粥　鶏団子とかぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	軟飯　鶏団子とかぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	鶏胸肉　片栗粉　玉葱　かぼちゃ 白菜	きなこパン粥 ブロッコリー・人参	きなこサンド ブロッコリー・人参	食パン　きなこ ブロッコリー　人参
11	土	粥　じゃがいも 人参のスープ	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁　果物	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁　果物	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁　果物	白菜　人参 じゃがいも　玉葱	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
13	月	粥　豆腐 きゃべつのスープ	マーボー粥 トマト　きゃべつのスープ	マーボー粥 トマト　きゃべつのスープ	マーボーどんぶり トマト　きゃべつのスープ	鶏胸肉　豆腐　玉葱 トマト　きゃべつ	チーズパン粥 人参とじゃがいもの煮物	チーズサンド 人参とじゃがいものソテー	食パン　チーズ 人参　じゃがいも
14	火	粥　白身魚 大根スープ	粥　魚の野菜蒸し ブロッコリー　大根の味噌汁	粥　魚の野菜蒸し ブロッコリー　大根の味噌汁	軟飯　魚の野菜蒸し ブロッコリー　大根の味噌汁	カレイ　人参　玉葱 ブロッコリー　大根	みそわかめおじや かぼちゃヨーグルト和え	五平もち かぼちゃヨーグルト和え	BC　わかめ　玉葱 かぼちゃ　ヨーグルト
15	水	粥　じゃがいも 人参のスープ	煮こみうどん じゃがいもの煮物　果物	煮こみうどん じゃがいもの煮物　果物	煮こみうどん じゃがいもの煮物　果物	うどん　人参　玉葱 じゃがいも　オレンジ	あんかけ粥 トマト	あんかけごはん トマト	ささみ　人参　玉葱　きゃべつ トマト
16	木	粥　豆腐 白菜のスープ	粥　豆腐のそぼろあんかけ 具たくさん汁	粥　豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 具たくさん汁	軟飯　豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 具たくさん汁	豆腐　鶏胸肉　（CDパン粉） 人参　玉葱　白菜	しらすとわかめのお粥 ブロッコリー・かぶ	しらすとわかめのごはん ブロッコリーおかかあえ・かぶ	しらす　わかめ ブロッコリー（Dかつお節）かぶ
17	金	粥　かぼちゃ きゃべつのスープ	パン粥　肉団子と野菜のスープ煮 かぼちゃ	パン粥　肉団子と野菜のスープ煮 かぼちゃ	食パン　肉団子と野菜のスープ かぼちゃ	食パン　鶏胸肉　玉葱　片栗粉　きゃべつ　人参 かぼちゃ	きなこ粥 大根と人参の煮物	きなこおはぎ 大根と人参の煮物	きなこ 大根　人参
18	土	粥　じゃがいも 人参のスープ	わかめおじや じゃがいもの煮物	わかめおじや じゃがいもの煮物	わかめおじや じゃがいもの煮物	わかめ　人参　玉葱 じゃがいも	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
20	月	粥　白身魚 白菜のスープ	粥　魚のみそ煮 大根と人参の煮物　白菜のスープ	粥　魚のみそ煮 大根と人参の煮物　白菜のスープ	軟飯　魚のみそ煮 大根と人参のきんぴら　白菜のスープ	カレイ 大根　人参　白菜	トマトのリゾット じゃがいも・小松菜お浸し	トマトピラフ 粉ふきいも・小松菜お浸し	トマト　玉葱（Dバター・ケチャップ） じゃがいも　小松菜
21	火	粥　豆腐 ほうれんそうのスープ	粥　豆腐と野菜の煮物 ほうれんそうお浸し　きゃべつの味噌汁	粥　豆腐ボール ほうれんそうお浸し　きゃべつの味噌汁	軟飯　豆腐ボール ほうれんそうお浸し　きゃべつの味噌汁	豆腐　人参　（CDパン粉） ほうれんそう　きゃべつ	かぼちゃパン粥 ブロッコリー・かぶ	かぼちゃサンド ブロッコリー・かぶ	食パン　かぼちゃ ブロッコリー　かぶ
22	水	粥　じゃがいも 人参のスープ	パン粥　じゃがいものそぼろあんかけ 人参と小松菜のスープ	パン粥　焼きポテト 人参と小松菜のスープ	食パン　焼きポテト 人参と小松菜のスープ	食パン　鶏胸肉　玉葱　じゃがいも 人参　小松菜	甘辛しらす粥 大根のみそ煮・白菜お浸し	甘辛しらすごはん 大根のみそ煮・白菜お浸し	しらす 大根　白菜
23	木	粥　かぼちゃ 大根のスープ	粥　ささみと野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	粥　ささみと野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯　ささみと野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	ささみ　大根　人参 玉葱　わかめ	たらといんげんのお粥 かぼちゃの煮物	たらの炊きこみごはん かぼちゃの煮物	たら　いんげん かぼちゃ
24	金	粥　じゃがいも きゃべつのスープ	野菜うどん じゃがいもの煮物・トマト	野菜うどん じゃがいもの煮物・トマト	野菜うどん じゃがいもの煮物・トマト	うどん　玉葱　きゃべつ じゃがいも　トマト	豆腐粥 大根と人参のそぼろ煮	豆腐丼 人参スティック・大根そぼろ煮	豆腐　玉葱　小松菜 人参　大根　鶏胸肉
25	土	粥　かぼちゃ かぶのスープ	ささみとかぶのおじや かぼちゃの煮物　玉葱の味噌汁	ささみとかぶのおじや かぼちゃの煮物　玉葱の味噌汁	ささみとかぶのおじや かぼちゃの煮物　玉葱の味噌汁	ささみ　かぶ　人参 かぼちゃ　玉葱	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み		さつまいも　かぼちゃ 人参　玉葱　かぼちゃ　じゃがいも　たら
27	月	粥　小松菜 きゃべつのスープ	粥　トマトのそぼろ煮 小松菜ときゃべつのスープ	粥　鶏団子のトマト煮 小松菜ときゃべつのスープ	軟飯　鶏団子のトマト煮 小松菜ときゃべつのスープ	鶏胸肉　片栗粉　玉葱　トマト（CDケチャップ） 小松菜　きゃべつ	パン粥 ブロッコリー・野菜の豆乳煮	食パン ブロッコリー・豆乳シチュー	食パン　ブロッコリー じゃがいも　玉葱　人参　豆乳
28	火	粥　かぼちゃ かぶのスープ	みそうどん かぼちゃの煮物　果物	みそうどん かぼちゃの煮物　果物	みそうどん かぼちゃの煮物　果物	うどん　ささみ　玉葱　ほうれんそう かぼちゃ　バナナ	白身魚のあんかけ粥 トマト・かぶ	白身魚のあんかけごはん トマト・かぶ	たら　人参　白菜 トマト　かぶ
29	水	粥　豆腐 人参のスープ	粥　豆腐と野菜の煮物 大根と玉葱の味噌汁	粥　豆腐ハンバーグ 大根と玉葱の味噌汁	軟飯　豆腐ハンバーグ 大根と玉葱の味噌汁	豆腐　人参　（CDパン粉） 大根　玉葱	ささみといんげんのお粥 じゃがいもときゃべつの甘みそかけ	ささみの炊きこみごはん じゃがいもときゃべつの甘みそかけ	ささみ　いんげん じゃがいも　きゃべつ
30	木	粥　白身魚 白菜のスープ	パン粥　白身魚の野菜蒸し トマト　白菜のスープ	パン粥　白身魚の野菜蒸し トマト　白菜のスープ	食パン　鮭の野菜蒸し トマト　白菜のスープ	食パン（BCカレイ）D鮭　玉葱　人参 トマト　白菜	野菜おじや かぼちゃのそぼろあんかけ	野菜おやき 鶏団子とかぼちゃの煮物	人参　いんげん 鶏胸肉　玉葱　片栗粉　かぼちゃ
31	金	粥　かぶ きゃべつのスープ	粥　ささみおろしあんかけ 玉葱ときゃべつの味噌汁	粥　ささみおろしあんかけ 玉葱ときゃべつの味噌汁	軟飯　ささみおろしあんかけ 玉葱ときゃべつの味噌汁	ささみ　かぶ 玉葱　きゃべつ	チーズ粥 大根と人参の煮物	チーズおかかごはん 大根と人参の煮物	チーズ　（Dかつお節） 大根　人参

ぱくぱく後期（E）の午前食は乳児食と同じです。