

令和3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
		初期	中期	後期	完了	午前食	中期・後期	完了・移行期	午後食
1	土	粥 大根 人参スープ	みそうどん 大根の煮物 果物	みそうどん 大根の煮物 果物	みそうどん 大根の煮物 果物	うどん 人参 玉葱 大根 オレンジ	あんかけ粥 白菜の煮浸し	あんかけごはん 白菜の煮浸し	鶏むね肉 人参 玉葱 白菜
6	木	粥 じゃがいも 人参スープ	ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみのあんかけごはん じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみ 人参 きゃべつ じゃがいも 玉葱	チーズおじや 大根とブロッコリーの味噌煮	チーズお焼き 大根とブロッコリーの味噌煮	チーズ 青のり(後・完) 大根 ブロッコリー
7	金	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	粥 鶏とかぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	粥 鶏団子とかぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 鶏団子とかぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 かぼちゃ きゃべつ	わかめおじや トマト	わかめおじや トマト	わかめ 玉葱 人参 トマト
8	土	粥 じゃがいも 大根のスープ	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 大根の味噌汁	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 大根の味噌汁	軟飯 じゃがいもそぼろあんかけ 大根の味噌汁	鶏胸肉 じゃがいも 人参 大根	野菜おじや ブロッコリー	野菜おじや ブロッコリー	人参 玉葱 白菜 ブロッコリー
10	月	粥 ほうれんそう 人参のスープ	そぼろ粥 トマト 玉葱とわかめの味噌汁	そぼろ粥 トマト 玉葱とわかめの味噌汁	そぼろごはん トマト 玉葱とわかめの味噌汁	鶏胸肉 ほうれんそう トマト 玉葱 わかめ	きなこ粥 白菜と人参の煮浸し	きなこおはぎ 白菜と人参の煮浸し	きなこ 白菜 人参
11	火	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 じゃがいも	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 粉ふきいも	食パン ささみと野菜のスープ 粉ふきいも	食パン ささみ 人参 きゃべつ じゃがいも	しらす粥 小松菜お浸し・かぼちゃ	しらすごはん 小松菜お浸し・かぼちゃ	しらす 小松菜 かぼちゃ
12	水	粥 白身魚 白菜のスープ	粥 煮魚 大根と人参の煮物 白菜の味噌汁	粥 煮魚 大根と人参の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 煮魚 大根と人参の煮物 白菜の味噌汁	カレー 大根 人参 白菜	マーボー粥 ブロッコリー	マーボー丼 ブロッコリー	豆腐 鶏胸肉 玉葱 ブロッコリー
13	木	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	ささみと人参のお粥 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみと人参のお粥 かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみの炊きこみごはん かぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみ 人参 かぼちゃ きゃべつ	りんごパン粥 ほうれんそうとトマトのサラダ	りんごサンド ほうれんそうとトマトのサラダ	食パン りんご ほうれんそう トマト
14	金	粥 じゃがいも 人参のスープ	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	うどん 人参 玉葱 白菜 じゃがいも バナナ	たらといんげんの味噌おじや 大根と人参の煮物	たらの味噌炊き込みごはん 大根と人参の煮物	たら いんげん 大根 人参
15	土	粥 大根 きゃべつのスープ	しらすときゃべつのおじや 大根とわかめの味噌汁	しらすときゃべつのおじや 大根とわかめの味噌汁	しらすときゃべつのごはん 大根とわかめの味噌汁	しらす きゃべつ 人参 大根 わかめ	鶏とトマトのお粥 じゃがいもの煮物	鶏とトマトのごはん じゃがいものチーズあえ	鶏むね肉 トマト じゃがいも(完 チーズ)
17	月	粥 白身魚 かぼちゃのスープ	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	軟飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	カレー かぼちゃ 玉葱 ほうれんそう	人参粥 大根の煮物・きゃべつ	人参ごはん 大根きんぴら・きゃべつ	人参 大根 きゃべつ
18	火	粥 白菜 小松菜のスープ	粥 トマトのそぼろ煮 小松菜の煮浸し 白菜の味噌汁	粥 肉団子のトマト煮 小松菜の煮浸し 白菜の味噌汁	軟飯 肉団子のトマト煮 小松菜の煮浸し 白菜の味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト(後・完ケチャップ) 小松菜 白菜	煮込みうどん ブロッコリーお浸し	煮込みうどん ブロッコリーおほかあえ	うどん 人参 玉葱 ブロッコリー(完 かつお節)
19	水	粥 じゃがいも かぶのスープ	パン粥 じゃがいものそぼろあんかけ かぶと人参のスープ	パン粥 焼きポテト かぶと人参のスープ	食パン 焼きポテト かぶと人参のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも かぶ 人参	たらのあんかけ粥 トマト	たらのあんかけごはん トマト	たら 人参 白菜 トマト
20	木	粥 人参 大根のスープ	ささみのあんかけ粥 大根の煮物 わかめの味噌汁	ささみのあんかけ粥 大根の煮物 わかめの味噌汁	ささみのあんかけごはん 大根の煮物 わかめの味噌汁	ささみ 人参 白菜 大根 わかめ	野菜おじや かぼちゃの煮物	野菜おやき かぼちゃの煮物	人参 いんげん かぼちゃ
21	金	粥 豆腐 きゃべつのスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ ブロッコリー きゃべつの味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー きゃべつの味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ ブロッコリー きゃべつの味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (後・完パン粉) ブロッコリー きゃべつ	トマトリゾット じゃがいもの煮物	トマトピラフ 青のり粉ふきいも	トマト 玉葱 バター(完ケチャップ) じゃがいも(完 あおのり)
22	土	粥 じゃがいも 人参スープ	ささみと人参のお粥 きゃべつと玉葱の味噌汁	ささみと人参のお粥 きゃべつと玉葱の味噌汁	ささみと人参の炊き込みごはん きゃべつと玉葱の味噌汁	ささみ 人参 きゃべつ 玉葱	かぼちゃ粥 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃごはん 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃ 豆腐 玉葱 白菜
24	月	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 トマト	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 トマト	食パン 肉団子と野菜のスープ トマト	食パン 鶏胸肉 玉葱 片栗粉 きゃべつ 人参 トマト	あんかけ粥 じゃがいものみそ煮	あんかけごはん じゃがいものみそ煮	玉葱 人参 白菜 じゃがいも
25	火	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	豆腐あんかけ粥 かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	豆腐あんかけ丼 かぼちゃの煮物 玉葱とわかめの味噌汁	豆腐 ほうれんそう かぼちゃ 玉葱 わかめ	甘辛しらす粥 大根と人参の煮物	甘辛しらすごはん 大根と人参の煮物	しらす 大根 人参
26	水	粥 じゃがいも 人参のスープ	ささみのみそうどん じゃがいもの煮物 果物	ささみのみそうどん じゃがいもの煮物 果物	ささみのみそうどん じゃがいもの煮物 果物	うどん ささみ 人参 玉葱 じゃがいも バナナ	野菜リゾット 小松菜お浸し	野菜ピラフ 小松菜のりあえ	人参 玉葱 きゃべつ 小松菜(完 のり)
27	木	粥 大根 かぼちゃのスープ	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	カレー 人参 玉葱 ブロッコリー 大根	鶏と野菜のお粥 かぼちゃの煮物	赤ちゃんピビンパ かぼちゃの煮物	鶏胸肉 人参 ほうれんそう かぼちゃ
28	金	粥 豆腐 きゃべつのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	粥 豆腐と野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 きゃべつの味噌汁	豆腐 人参 かぼちゃ きゃべつ	チーズパン粥 ほうれんそう・トマト	チーズサンド ほうれんそうソテー・トマト	食パン チーズ ほうれんそう トマト
29	土	粥 じゃがいも 白菜のスープ	鶏と野菜のあんかけ粥 玉葱と小松菜の味噌汁	鶏と野菜のあんかけ粥 玉葱と小松菜の味噌汁	鶏と野菜のあんかけごはん 玉葱と小松菜の味噌汁	鶏むね肉 人参 白菜 小松菜	しらすみそおじや じゃがいもと人参の煮物	しらすみそおじや じゃがいもと人参の煮物	しらす わかめ じゃがいも 人参
31	月	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	粥 豆腐と野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 玉葱とわかめの味噌汁	豆腐 大根 人参 玉葱 わかめ	ささみと白菜のお粥 ブロッコリーみそあえ	ささみと白菜のごはん ブロッコリーみそあえ	ささみ 白菜 ブロッコリー

移行食の午前食は乳児食と同じです。