

令和4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	初期	中期	後期	完了	午前食	中期・後期	完了・移行期	
2	月	粥 かぼちゃ 人参スープ	ささみのあんかけ粥 かぼちゃの煮物 玉葱のみそ汁	ささみのあんかけ粥 かぼちゃの煮物 玉葱のみそ汁	ささみのあんかけごはん かぼちゃの煮物 玉葱のみそ汁	ささみ 人参 きゃべつ かぼちゃ 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
6	金	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 きゃべつの味噌汁	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 きゃべつの味噌汁	軟飯 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 きゃべつの味噌汁	鶏胸肉 玉葱 じゃがいも 人参 きゃべつ	わかめおじや かぼちゃの煮物	わかめおじや かぼちゃの煮物	わかめ 玉葱 人参 かぼちゃ
7	土	粥 大根 ほうれんそうのスープ	しらすと野菜おじや ほうれん草お浸し 大根の味噌汁	しらすと野菜おじや ほうれん草お浸し 大根の味噌汁	しらすと野菜おじや ほうれん草お浸し 大根の味噌汁	しらす 玉葱 人参 ほうれんそう 大根	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 じゃがいもの煮物	鶏むね肉 トマト じゃがいも
9	月	粥 人参 白菜のスープ	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
10	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
11	水	粥 白身魚 人参スープ	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	カレイ 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
12	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
13	金	粥 じゃがいも 白菜のスープ	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 パナナ	たらのあんかけ粥 大根と人参の味噌煮	たらのあんかけごはん 大根と人参のみそ煮	たら 玉葱 いんげん 大根 人参
14	土	粥 豆腐 人参スープ	豆腐と野菜のあんかけごはん わかめと玉葱の味噌汁	豆腐と野菜のあんかけごはん わかめと玉葱の味噌汁	豆腐と野菜のあんかけごはん わかめと玉葱の味噌汁	豆腐 人参 ほうれんそう わかめ 玉葱	ささみときゃべつのお粥 トマト	ささみときゃべつのごはん トマト	ささみ きゃべつ トマト
16	月	粥 かぼちゃ ほうれんそうのスープ	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	カレイ 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
17	火	粥 人参 白菜のスープ	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)
18	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 じゃがいものそぼろあんかけ きゃべつと人参のスープ	パン粥 焼きポテト きゃべつと人参のスープ	食パン 焼きポテト きゃべつと人参のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも きゃべつ 人参	たらと野菜のお粥 ほうれん草お浸し・トマト	たらの炊き込みごはん ほうれん草お浸し・トマト	たら 人参 ほうれんそう トマト
19	木	粥 かぼちゃ 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
20	金	粥 豆腐 人参のスープ	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 (完ケチャップ) じゃがいも (完 あおのり)
21	土	粥 小松菜 白菜スープ	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	鶏胸肉 人参 白菜 玉葱 小松菜	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
23	月	粥 じゃがいも 人参のスープ	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 じゃがいもの味噌煮	あんかけごはん じゃがいもの味噌煮	玉葱 人参 白菜 じゃがいも
24	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
25	水	粥 じゃがいも 小松菜のスープ	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 パナナ	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)
26	木	粥 白身魚 人参のスープ	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	カレイ 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	赤ちゃんピピンパ かぼちゃの煮物	鶏胸肉 人参 ほうれんそう かぼちゃ
27	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 白菜とささみのあえ物・トマト	チーズサンド 白菜とささみのあえ物・トマト	食パン チーズ 白菜 トマト
28	土	粥 じゃがいも 人参スープ	ささみとトマトのお粥 人参甘煮 玉葱の味噌汁	ささみとトマトのお粥 人参甘煮 玉葱の味噌汁	ささみとトマトのごはん 人参甘煮 玉葱の味噌汁	ささみ トマト 人参 玉葱	わかめと野菜のおじや じゃがいもの煮物	わかめと野菜のおじや じゃがいもの煮物	わかめ 玉葱 人参 じゃがいも
30	月	粥 豆腐 白菜のスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ 大根の煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐ボール 大根の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐ボール 大根の煮物 白菜の味噌汁	豆腐 人参 (後・完・パン粉) 大根 白菜	二色粥 ブロッコリーみそあえ	二色ごはん ブロッコリーみそあえ	しらす 人参 ブロッコリー
31	火	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 果物	粥 鶏団子とかぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁 果物	軟飯 鶏団子とかぼちゃの煮物 きゃべつの味噌汁 果物	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 かぼちゃ きゃべつ オレンジ	玉葱と人参のみそおじや 白菜とほうれんそうの煮浸し	五平もち 白菜とほうれんそうの煮浸し	人参 玉葱 (中期・後期) 白菜 ほうれんそう

移行食の午前食は乳児食と同じです。