

2020年度5月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃・こっくん期)	中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期)	後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期)	完了期(12~18ヶ月頃・はくはく期)	軽食(完了期)
01金	つぶし粥 鯛のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鯛の煮付け キャベツときゅうりの浅漬け わかめと玉ねぎの味噌汁 きな粉おじや	軟飯 鯛の照り焼き キャベツときゅうりの浅漬け わかめと玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 茹でかぼちゃ 白菜の味噌汁	たけのこ飯 鯛の照り焼き キャベツときゅうりの浅漬け わかめと玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳	おかかおにぎり
02土	つぶし粥 豆腐のすりつぶし 人参のペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 すき焼き風煮 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや	すき焼き丼 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	すき焼き丼 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	/
07木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト きゅうりのすり流し すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 コロコロサラダ 春雨スープ 春雨スープ 人参おにぎり 高野豆腐の煮物 人参おじや	ハヤシライス風 コロコロサラダ 春雨スープ 春雨スープ 清見オレンジ 人参おにぎり 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁	カレーライス 大豆とコーンのサラダ 春雨スープ 春雨スープ 清見オレンジ 人参おにぎり 牛乳	和風ツナおにぎり
08金	つぶし粥 豆腐のすりつぶし さつま芋のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりとわかめの和え物 さつま芋の味噌汁 スイートパンプキン(あんかけ)	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ きゅうりとわかめの和え物 さつま芋の味噌汁 スイートパンプキン ヨーグルト ほうれん草のスープ	ごはん レバーのかりん揚げ きゅうりとわかめの酢の物 えのきの味噌汁 スイートパンプキン 牛乳	青のりおにぎり
09土	つぶし粥 豆腐のすりつぶし 人参のペースト 白菜のペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 隠元と人参の和え物 白菜のスープ じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 隠元のおかか和え 白菜のスープ じゃが芋と人参のおじや	マーボー丼 隠元のおかかマヨネーズ和え 白菜のスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	/
11月	つぶし粥 鯛のペースト キャベツのペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鯛の煮つけ キャベツのチーズ和え 五目味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鯛の煮つけ キャベツのチーズ和え 五目味噌汁 さつま芋のお焼き かぶのくず煮 きのこのスープ	ごはん 鯛の煮つけ キャベツの塩昆布和え 五目味噌汁 清見オレンジ さつま芋のお焼き 牛乳	人参おにぎり
12火	つぶし粥 豆腐のすりつぶし じゃが芋ペースト きゅうりのすり流し すまし汁	全粥 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ もやしのスープ 野菜雑炊(みそ味) バナナ 茹でほうれん草	軟飯 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ もやしのスープ 野菜雑炊(みそ味) バナナ 茹でほうれん草	皿うどん ベイクドポテト スナックえんどう もやしのスープ 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	青のりおにぎり
13水	つぶし粥 鯛のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鯛のコーンクリーム煮 切干大根の煮物 わかめと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 鯛のコーンクリーム煮 切干大根の煮物 わかめと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き トマト 豆腐の味噌汁	ごはん そら豆のかき揚げ 切干大根の旨煮 油揚げと玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	バナナ
14木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 小松菜のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照煮 白菜と小松菜の和え物 かぼちゃの味噌汁 ひじきおじや	軟飯 鶏肉の照焼き 白菜と小松菜の和え物 かぼちゃの味噌汁 ひじき軟飯 なすの煮浸し キャベツの味噌汁	ごはん タンドリーチキン 白菜と小松菜の甘酢和え かぼちゃの味噌汁 ひじき軟飯 牛乳	おかかおにぎり
15金	つぶし粥 豆腐のすりつぶし さつま芋のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 炒り豆腐風 スイートポテトサラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 きな粉おじや	軟飯 炒り豆腐風 スイートポテトサラダ 大根と玉ねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 茹で人参 しめじの味噌汁	ごはん 炒り豆腐 スイートポテトサラダ お麩とねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳	塩昆布おにぎり
16土	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	チキンライス風おじや 人参ときゅうりのサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや	チキンライス風 キュービックサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや	チキンライス キュービックサラダ じゃが芋のスープ かぼちゃおじや 牛乳	/
18月	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぶのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜のトロトロ煮 もやしときゅうりの和え物 キャベツの味噌汁 チーズリゾット バナナ 茹でブロッコリー	軟飯 鶏肉と野菜のトロトロ煮 もやしときゅうりの和え物 キャベツの味噌汁 チーズリゾット バナナ 茹でブロッコリー	ごはん 親子煮 もやしときゅうりの和え物 キャベツの味噌汁 チーズリゾット 牛乳	甘辛じゃこおにぎり

日付	初期(5~6ヶ月頃・こっくん期)	中期(7~8ヶ月頃・もぐもぐ期)	後期(9~11ヶ月頃・かみかみ期)	完了期(12~18ヶ月頃・はくはく期)	軽食(完了期)
19火	つぶし粥 鯛のペースト キャベツのペースト きゅうりのすり流し すまし汁	ピラフ風おじや 鶏肉のトマト煮 アスパラサラダ わかめのスープ 鶏そぼろおじや	ピラフ風 鶏肉のトマト煮 アスパラサラダ わかめのスープ 鶏そぼろ軟飯 りんご 隠元の味噌汁	ピラフ風 鶏肉のトマト煮 アスパラサラダ わかめとコーンのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	おかかおにぎり
20水	つぶし粥 豆腐のすりつぶし 人参のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー春雨 源平煮 なすと玉ねぎの味噌汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 マーボー春雨 源平煮 なすと玉ねぎの味噌汁 じゃがバター 茹でキャベツ もやしの味噌汁	ごはん マーボー春雨 大根の中華和え物 なすと玉ねぎの味噌汁 じゃがバター 牛乳	ひじきおにぎり
21木	つぶし粥 高野豆腐のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 ハンバーグ ほうれん草のサラダ かぶのスープ 青のりおじや	軟飯 ハンバーグ ほうれん草のサラダ かぶのスープ 青のりおにぎり 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁	ロールパン 大豆ハンバーグ ほうれん草のサラダ かぶのスープ 青のりおにぎり 牛乳	バナナ
22金	つぶし粥 鯛のペースト 人参のペースト きゅうりのすり流し すまし汁	全粥 鯛の味噌煮 人参サラダ むらくも汁風 さつま芋のミルク煮	軟飯 鯛の味噌煮 人参サラダ むらくも汁風 さつま芋のミルク煮 茹で白菜 きゅうりスティック	ごはん 鯛の味噌煮 人参サラダ むらくも汁 バナナ さつま芋のミルク煮 牛乳	塩昆布おにぎり
23土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	チャーハン風おじや ポテトサラダ もやしのスープ 野菜おじや	チャーハン風 ポテトサラダ もやしのスープ 野菜おじや	チャーハン ポテトサラダ えのきともやしのスープ 野菜おじや 牛乳	/
25月	つぶし粥 豆腐のすりつぶし 人参のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鶏肉のりんごソースかけ ブロッコリーとアスパラのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ わかめおじや	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ ブロッコリーとアスパラのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ わかめおにぎり 茹でさつま芋 豆腐の味噌汁	マカロニミートソース ブロッコリーとアスパラのサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ わかめおにぎり 牛乳	ふかし芋
26火	つぶし粥 鯛のペースト 小松菜のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鯛のチーズ煮 小松菜と人参のお浸し さつま芋の味噌汁 トマトリゾット バナナ 茹でキャベツ	軟飯 鯛のチーズ焼き 小松菜と人参のお浸し さつま芋の味噌汁 トマトリゾット バナナ 茹でキャベツ	ごはん 鯛のチーズ焼き 小松菜の納豆和え さつま芋とねぎの味噌汁 トマトリゾット 牛乳	コーンマヨおにぎり
27水	つぶし粥 豆腐のすりつぶし かぼちゃのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル風 茹でかぼちゃ 白菜の味噌汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 チャンプル風 茹でかぼちゃ 白菜の味噌汁 スイートポテト 茹で大根 春雨スープ	ごはん チャンプル かぼちゃのオープン焼き お麩とえのきの味噌汁 スイートポテト 牛乳	おかかおにぎり
28木	つぶし粥 鯛のペースト キャベツのペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鯛のホワイトソースかけ キャベツの浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 混ぜおじや	軟飯 鯛のホワイトソースかけ キャベツの浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 混ぜ軟飯 茹でほうれん草 えのきの味噌汁	ごはん 鯛のカレー揚げ キャベツの香り漬け なめこの味噌汁 宇和ゴールド 混ぜ軟飯 牛乳	塩昆布おにぎり
29金	つぶし粥 豆腐のすりつぶし 大根のペースト きゅうりのすり流し すまし汁	全粥 鶏肉の味噌煮 大根ときゅうりのサラダ 人参と豆腐のすまし汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の味噌煮 大根ときゅうりのサラダ 人参と豆腐のすまし汁 じゃが芋のお焼き 茹でブロッコリー 小松菜の味噌汁	ごはん 鶏ちゃん焼き 大根とかにかまのサラダ 卵と人参のすまし汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりおにぎり
30土	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 もやしの和え物 かぶのスープ かぼちゃおじや	ハヤシライス風 もやしのごま酢和え かぶのスープ かぼちゃおじや	ハヤシライス もやしのごま酢和え かぶとしめじのスープ かぼちゃおじや 牛乳	/