

# 2022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)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
02月	つぶし粥 豆腐のペースト 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 豆腐のそぼろあんかけ キャベツの浅漬け 切干大根の味噌汁 ひじきおじや	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ キャベツの浅漬け 切干大根の味噌汁 ひじき軟飯 茹でブロッコリー しめじの味噌汁	ごはん 豆腐のそぼろあんかけ キャベツの塩昆布和え 切干大根の味噌汁 ひじき軟飯 牛乳	青のりご飯
06金	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが 源平煮 わかめと玉ねぎの味噌汁 トマトリゾット	軟飯 肉じゃが 源平煮 わかめと玉ねぎの味噌汁 トマトリゾット バナナ 茹でほうれん草	カレーライス ごぼうのサラダ わかめと玉ねぎのスープ トマトリゾット 牛乳	おかかご飯
07土	つぶし粥 高野豆腐のペースト さつま芋のペースト 人参のペースト すまし汁	チャーハン風おじや 温野菜 小松菜のスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 温野菜 小松菜のスープ かぼちゃおじや	ツナチャーハン 温野菜 小松菜のスープ かぼちゃおじや 牛乳	/
09月	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 きな粉おじや	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 きな粉おはぎ 人参スティック なすの味噌汁	ごはん 豆腐の干草あんかけ かぼちゃの甘煮 えのきとねぎの味噌汁 きな粉おはぎ 牛乳	ふかし芋
10火	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のトマト煮 ブロッコリーとアスパラのサラダ キャベツの味噌汁 ひじきおじや	軟飯 鰯のトマト煮 ブロッコリーとアスパラのサラダ キャベツの味噌汁 ひじき軟飯 りんご えのきの味噌汁	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 キャベツのスープ 清見オレンジ ひじき軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
11水	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の磯辺煮 切干大根の煮物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の磯辺煮 切干大根の煮物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹で小松菜 わかめの味噌汁	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 じゃが芋のお焼き 牛乳	バナナ
12木	つぶし粥 鱈のペースト 白菜のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け さつま芋の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 きゅうりスティック かぶの煮物	ごはん 鱈の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け お麩と万能ねぎの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	青のりご飯
13金	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ かぼちゃのミルク煮	軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ かぼちゃのミルク煮 茹でブロッコリー なすの煮浸し	ごはん 鶏肉のごま照り焼き ポテトサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ かぼちゃのミルク煮 牛乳	和風ツナご飯
14土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	チキンライス風おじや キュービックサラダ じゃが芋のスープ さつま芋おじや	チキンライス風 キュービックサラダ じゃが芋のスープ さつま芋おじや	チキンライス キュービックサラダ じゃが芋のスープ さつま芋おじや 牛乳	/
16月	つぶし粥 鰯のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 スイートポテト ヨーグルト 隠元のスープ	ごはん 鰯の味噌煮 うの花炒り煮 ほうれん草のすまし汁 スイートポテト 牛乳	おかかご飯
17火	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り焼き 大根のサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 人参おじや	軟飯 鶏肉の照り焼き 大根のサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 人参おにぎり かぶの煮物 小松菜の味噌汁	ごはん 鶏肉の照り焼き 大根とかにかまのサラダ なすと玉ねぎの味噌汁 人参おにぎり 牛乳	塩昆布ご飯
18水	つぶし粥 鱈のペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 じゃがバター バナナ きのこの味噌汁	ごはん 鱈のケチャップ和え キャベツの浅漬け なめこの味噌汁 じゃがバター 牛乳	ツナマヨご飯

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
19木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ 野菜雑炊(みそ味)	軟飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ 野菜雑炊(みそ味) 茹でかぼちゃ 茹で小松菜	ごはん マーボー豆腐 ハンサンスープ 青梗菜のスープ 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	バナナ
20金	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 鶏肉の味噌煮 ほうれん草のサラダ オニオンスープ 混ぜおじや	軟飯 鶏肉の味噌照り焼き ほうれん草のサラダ オニオンスープ 混ぜ軟飯 茹で大根 豆腐の味噌汁	ハイジバン ハンバーグ ほうれん草のサラダ オニオンスープ バナナ 混ぜ軟飯 牛乳	青のりご飯
21土	つぶし粥 豆腐のペースト 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 人参おじや	すき焼き井風 ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 人参おじや	すき焼き井 三色サラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 人参おじや 牛乳	/
23月	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	混ぜおじや 鶏肉のコーンクリーム煮 源平煮 さつま芋の味噌汁 鶏そぼろおじや	混ぜ軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 源平煮 さつま芋の味噌汁 鶏そぼろ軟飯 茹でほうれん草 隠元の味噌汁	こぎつねごはん 鶏肉のカレー揚げ きんぴらごぼう さつま芋の味噌汁 鶏そぼろ軟飯 牛乳	青のりご飯
24火	つぶし粥 鰯のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 小松菜と人参のお浸し 大根と玉ねぎの味噌汁 わかめおじや	軟飯 鰯の煮付け 小松菜と人参のお浸し 大根と玉ねぎの味噌汁 わかめおにぎり きゅうりスティック 豆腐の味噌汁	ごはん 鰯の塩焼き 小松菜と人参のおかか和え 大根と玉ねぎの味噌汁 わかめおにぎり 牛乳	塩昆布ご飯
25水	つぶし粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃサラダ もやしの味噌汁 野菜雑炊 茹でキャベツ じゃが芋スティック	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ かぼちゃサラダ もやしの味噌汁 野菜雑炊 茹でキャベツ じゃが芋スティック	皿うどん かぼちゃサラダ もやしのスープ 野菜雑炊 牛乳	おかかご飯
26木	つぶし粥 鱈のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のみぞれかけ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鱈のみぞれかけ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き ヨーグルト ほうれん草の味噌汁	ごはん 鱈のマヨネーズ焼き ひじきの炒り煮 キャベツの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	バナナ
27金	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 豆腐の味噌煮 きゅうりとわかめの和え物 豆腐のすまし汁 かぼちゃのミルク煮	軟飯 鶏肉の味噌煮 きゅうりとわかめの和え物 豆腐のすまし汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	ごはん チキン味噌カツ きゅうりとわかめの酢の物 豆腐とねぎのすまし汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	コーンケチャップ ご飯
28土	つぶし粥 高野豆腐のペースト ほうれん草のペースト かぶのペースト すまし汁	全粥 マーボー春雨 ほうれん草ともやしの和え物 かぶのスープ 野菜おじや	マーボー春雨 ほうれん草ともやしの和え物 かぶのスープ 野菜おじや 牛乳	マーボー春雨 ほうれん草ともやしのナムル かぶのスープ 野菜おじや 牛乳	/
30月	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 白菜の和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鰯の磯辺煮 白菜の和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋のミルク煮 茹でほうれん草 りんご	ごはん 鰯の磯辺焼き 白菜の和え物 きのこの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	バナナ
31火	つぶし粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鶏肉の照り焼き グリーンサラダ コーンクリームスープ しらすと人参のおじや	軟飯 鶏肉の照り焼き グリーンサラダ コーンクリームスープ しらすと人参のおにぎり 高野豆腐の煮物 わかめの味噌汁	ハイジバン タンダーチキン グリーンサラダ コーンスープ しらすと人参のおにぎり 牛乳	ひじきご飯