

# 2023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)
01月	マカロニ粥 お麩のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト すまし汁	マカロニポリタン ブロッコリーとアスパラのサラダ さつま芋のスープ わかめおじや	マカロニポリタン ブロッコリーとアスパラのサラダ さつま芋のスープ わかめおにぎり 茹で人参 お麩の味噌汁	マカロニポリタン ブロッコリーとアスパラのサラダ さつま芋のスープ わかめおにぎり 牛乳	おかかご飯
02火	つぶし粥 鱈のペースト 大根のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け 大根のサラダ キャベツの味噌汁 ひじきおじや	軟飯 鱈の煮付け 大根のサラダ キャベツの味噌汁 ひじき軟飯 高野豆腐の煮物 なすの味噌汁	キーマカレー 大根とかにかまのサラダ キャベツのスープ ひじき軟飯 牛乳	青のりご飯
06土	全粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 小松菜のペースト すまし汁	チャーハン風おじや もやしときゅうりのサラダ 小松菜のスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 もやしときゅうりのサラダ 小松菜のスープ かぼちゃおじや	ツナチャーハン もやしときゅうりのサラダ 小松菜のスープ かぼちゃおじや 牛乳	/
08月	つぶし粥 お麩のペースト きゅうりのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の味噌照り煮 きゅうりとわかめの和え物 お麩のすまし汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉の味噌照り煮 きゅうりとわかめの和え物 お麩のすまし汁 さつま芋のお焼き 茹でほうれん草 えのきの味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 お麩とえのきのすまし汁 さつま芋のお焼き 牛乳	ひじきご飯
09火	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 チャンプル風 茹でかぼちゃ 青梗菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味)	軟飯 チャンプル風 茹でかぼちゃ 青梗菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 茹でブロッコリー わかめのすまし汁	ごはん チャンプル かぼちゃの甘煮 青梗菜の味噌汁 バナナ 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	ツナケチャップ ご飯
10水	つぶし粥 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 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや ポテトサラダ 豆腐の味噌汁 人参おじや	鶏そぼろ丼 ポテトサラダ 豆腐の味噌汁 人参おにぎり 茹でキャベツ 切干大根の味噌汁	鶏コーン丼 ポテトサラダ 豆腐の味噌汁 人参おにぎり 牛乳	バナナ
11木	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け なすの味噌汁 煮込みうどん	軟飯 鰯の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け なすの味噌汁 煮込みうどん バナナ きゅうりスティック	ごはん 鰯の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け 油揚げとねぎの味噌汁 煮込みうどん 牛乳	青のりご飯
12金	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のトマト煮 切干大根の煮物 もやしの味噌汁 チーズパン粥	軟飯 鶏肉のトマト煮 切干大根の煮物 もやしの味噌汁 チーズトースト 茹でかぼちゃ しめじのスープ	ごはん そら豆のかき揚げ 切干大根の旨煮 もやしの味噌汁 チーズトースト 牛乳	粉吹き芋
13土	つぶし粥 豆腐のペースト 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 すき焼き風煮 ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁 じゃが芋と人参のおじや	すき焼き丼風 ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁 じゃが芋と人参のおじや	すき焼き丼 ブロッコリーのごま酢和え さつま芋の味噌汁 じゃが芋と人参のおじや 牛乳	/
15月	つぶし粥 鱈のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 鱈の味噌煮 源平煮 ほうれん草のすまし汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鱈の味噌煮 源平煮 ほうれん草のすまし汁 さつま芋のミルク煮 茹で白菜 お麩の煮物	ごはん 鱈の味噌煮 ごぼうのサラダ ほうれん草のすまし汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	塩昆布ご飯
16火	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 なすと玉ねぎの味噌汁 人参パン粥	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 なすと玉ねぎの味噌汁 人参トースト きゅうりスティック 春雨スープ	ごはん 鶏肉の梅肉焼き うの花炒り煮 なすと玉ねぎの味噌汁 人参トースト 牛乳	ふかし芋
17水	つぶし粥 豆腐のペースト キャベツのペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 チーズおじや	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ キャベツの浅漬け かぼちゃの味噌汁 チーズおにぎり バナナ ほうれん草の味噌汁	ごはん レバーのかりん揚げ キャベツの浅漬け なめこの味噌汁 チーズおにぎり 牛乳	おかかご飯

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)
18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 じゃがバター マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ じゃがバター 茹で小松菜 しめじの味噌汁	ごはん マーボー豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ じゃがバター 牛乳	バナナ
19金	パン粥 お麩のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のコーンクリーム煮 ほうれん草のサラダ わかめのスープ オレンジ 混ぜ軟飯 もやしの味噌汁	食パン 鶏肉のコーンクリーム煮 ほうれん草のサラダ わかめのスープ 混ぜ軟飯 さつま芋スティック もやしの味噌汁	食パン えのきハンバーグ ほうれん草のサラダ わかめのスープ オレンジ 混ぜ軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
20土	つぶし粥 高野豆腐のペースト さつま芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	チキンライス風おじや 温野菜 キャベツのスープ 人参おじや	チキンライス風 温野菜 キャベツのスープ 人参おじや	チキンライス 温野菜 キャベツのスープ 人参おじや 牛乳	/
22月	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のみぞれかけ ほうれん草と人参のお浸し 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鰯のみぞれかけ ほうれん草と人参のお浸し 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き ヨーグルト きのこの味噌汁	ごはん 鰯の塩焼き ほうれん草と人参のお浸し 大根と油あげの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	青のりご飯
23火	うどん粥 お麩のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト すまし汁	味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 鶏そぼろおじや	味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 鶏そぼろ軟飯 大根スティック わかめの味噌汁	ジャージャーうどん かぼちゃサラダ かぼちゃのスープ もやしのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	粉吹き芋
24水	つぶし粥 豆腐のペースト さつま芋のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け さつま芋と人参の煮物 小松菜の味噌汁 トマトリゾット	軟飯 鱈の煮付け さつま芋と人参の煮物 小松菜の味噌汁 トマトリゾット りんご 隠元のスープ	ごはん メカジキの唐揚げ ひじきの炒り煮 小松菜の味噌汁 トマトリゾット 牛乳	おかかご飯
25木	パン粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のホワイトソースかけ きゅうりと人参のサラダ オニオンスープ しらすおじや	食パン 鶏肉のホワイトソースかけ キュービックスラダ オニオンスープ しらすおにぎり 茹でキャベツ なすの味噌汁	ハイジパン タンドリーチキン キュービックスラダ オニオンスープ しらすおにぎり 牛乳	バナナ
26金	つぶし粥 豆腐のペースト 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 鶏肉の照り煮 キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋パン粥	軟飯 鶏肉の照り煮 キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 さつま芋トースト 茹でほうれん草 コーンクリームスープ	ごはん 豚肉の生姜焼き キャベツの甘酢和え 豆腐とねぎの味噌汁 さつま芋トースト 牛乳	和風ツナご飯
27土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 ポパイサラダ かぶのスープ 野菜おじや	ハヤシライス風 ポパイサラダ かぶのスープ 野菜おじや	ごはん ハヤシライス ポパイサラダ かぶのスープ 野菜おじや 牛乳	/
29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 切干大根の味噌汁 煮込みうどん なすの煮浸し 茹でじゃが芋	軟飯 鰯の磯辺煮 白菜の和え物 切干大根の味噌汁 煮込みうどん なすの煮浸し 茹でじゃが芋	ごはん 鰯の磯辺焼き 白菜の和え物 切干大根の味噌汁 煮込みうどん 牛乳	バナナ
30火	つぶし粥 お麩のペースト 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	混ぜおじや お麩のりんごソースかけ キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 かぼちゃのミルク煮	混ぜ軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹でブロッコリー	こぎつねごはん 鶏肉のりんごソースかけ きんぴらごぼう さつま芋の味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	青のりご飯
31水	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが もやしと人参の和え物 わかめの味噌汁 ひじき軟飯 茹で小松菜 豆腐の味噌汁	軟飯 肉じゃが もやしと人参の和え物 わかめの味噌汁 ひじき軟飯 茹で小松菜 豆腐の味噌汁	ごはん 肉じゃが もやしと人参のナムル わかめの味噌汁 ひじき軟飯 牛乳	ふかし芋