

# 2024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水	うどん粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト すまし汁	煮込みうどん(トマト味) ブロッコリーとアスパラのサラダ 茹でさつま芋 わかめおじや	煮込みうどん(トマト味) ブロッコリーとアスパラのサラダ 茹でさつま芋 わかめおにぎり 人参スティック きのこの味噌汁	マカロニナポリタン 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木	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 ひじきおじや	軟飯 豆腐の野菜あんかけ ポテトサラダ キャベツの味噌汁 ひじき軟飯 バナナ お麩の味噌汁	キーマカレー ポテトサラダ キャベツのスープ ひじき軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
07火	つぶし粥 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	鶏そぼろおじや 大根のサラダ 豆腐の味噌汁 マカロニきな粉	鶏そぼろ丼 大根のサラダ 豆腐の味噌汁 マカロニきな粉 じゃが芋のスティック なすの味噌汁	鶏コーン丼 大根とかにかまのサラダ 豆腐の味噌汁 バナナ マカロニきな粉 牛乳	ふかし芋
08水	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 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 さつま芋のミルク煮	軟飯 チャンプル風 茹でかぼちゃ 青梗菜の味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でキャベツ	ごはん チャンプル かぼちゃの甘煮 青梗菜の味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	バナナ
09木	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 鰯の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鰯の煮付け 白菜と小松菜の浅漬け 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でブロッコリー えのきの味噌汁	ごはん 鰯の照り焼き 白菜と小松菜の浅漬け 油揚げとねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	ひじきご飯
10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 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 きゅうりとわかめの和え物 もやしの味噌汁 人参パン粥	軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 きゅうりとわかめの和え物 もやしの味噌汁 人参トースト 茹でさつま芋 青梗菜のスープ	ごはん そら豆のかき揚げ きゅうりとわかめの酢の物 もやしの味噌汁 人参トースト 牛乳	青のりご飯
11土	つぶし粥 お麩のペースト さつま芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	チャーハン風おじや 温野菜 キャベツのスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 温野菜 キャベツのスープ かぼちゃおじや	ツナチャーハン 温野菜 キャベツのスープ かぼちゃおじや 牛乳	
13月	つぶし粥 鰹のペースト 大根のペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 鰹の味噌煮 源平煮 豆腐のすまし汁 煮込みうどん	軟飯 鰹の味噌煮 源平煮 豆腐のすまし汁 煮込みうどん バナナ 粉吹き芋	ごはん 鰹の味噌煮 ごぼうのサラダ 豆腐のすまし汁 煮込みうどん 牛乳	塩昆布ご飯
14火	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 鶏肉のトマト煮 ポパイサラダ わかめスープ 野菜雑炊	食パン 鶏肉のトマト煮 ポパイサラダ わかめスープ 野菜雑炊 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 ポパイサラダ わかめスープ 野菜雑炊 牛乳	おかかご飯
15水	つぶし粥 豆腐のペースト 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 豆腐のそぼろあんかけ 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	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 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 茹でブロッコリー お麩の煮物	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 かぼちゃのミルク煮 牛乳	粉吹き芋
16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 きな粉パン粥	軟飯 マーボー豆腐 春雨サラダ 青梗菜のスープ きな粉トースト 茹でほうれん草 コーンクリームスープ	ごはん マーボー豆腐 パンサンスープ 青梗菜のスープ オレンジ きな粉トースト 牛乳	和風ツナご飯
17金	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 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	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 じゃが芋のお焼き きゅうりスティック きのこの味噌汁	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 じゃが芋のお焼き 牛乳	バナナ

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土	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁 ひじきおじや	鶏そぼろ丼 ブロッコリーの和え物 さつま芋の味噌汁 ひじきおじや	鶏そぼろ丼 ブロッコリーのおかかマヨ和え さつま芋の味噌汁 ひじきおじや 牛乳	
20月	つぶし粥 鰯のペースト ほうれん草と人参のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け ほうれん草と人参の和え物 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鰯の煮付け ほうれん草と人参の和え物 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮 茹でキャベツ バナナ	ごはん 鰯の塩焼き ほうれん草と人参の胡麻和え 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	塩昆布ご飯
21火	うどん粥 高野豆腐のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのペースト すまし汁	味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろおじや	味噌煮込みうどん かぼちゃサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろ軟飯 茹で小松菜 わかめの味噌汁	ジャージャーうどん かぼちゃサラダ 青梗菜のスープ バナナ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	おかかご飯
22水	つぶし粥 鰯のペースト 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 鰯のみぞれかけ キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 コーンクリームパン粥	軟飯 鰯のみぞれかけ キャベツの和え物 豆腐の味噌汁 コーンクリームトースト さつま芋スティック 隠元のスープ	ごはん メカジキの唐揚げ キャベツの塩昆布和え 豆腐の味噌汁 コーンクリームトースト 牛乳	バナナ
23木	パン粥 お麩のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のトマト煮 人参ときゅうりのサラダ オニオンスープ 青のりおじや	食パン 鶏肉のトマト煮 キュービックサラダ オニオンスープ 青のりおにぎり 高野豆腐の煮物 しめじの味噌汁	ハイジパン タンドリーチキン キュービックサラダ オニオンスープ 青のりおにぎり 牛乳	ふかし芋
24金	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ 茹でさつま芋 わかめの味噌汁 野菜雑炊	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 茹でさつま芋 わかめの味噌汁 野菜雑炊 茹でほうれん草 もやしの味噌汁	豚丼 おからサラダ 油揚げとわかめの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	青のりご飯
25土	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト キャベツのペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 グリーンサラダ 豆腐のスープ さつま芋おじや	ハヤシライス風 グリーンサラダ 豆腐のスープ さつま芋おじや	ハヤシライス グリーンサラダ 豆腐のスープ さつま芋おじや 牛乳	
27月	つぶし粥 鰯のペースト 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 鰯の磯辺煮 キャベツの和え物 切干大根の味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の磯辺煮 キャベツの和え物 切干大根の味噌汁 にゅうめん 茹でさつま芋 お麩の煮物	ごはん 鰯の磯辺焼き キャベツの和え物 切干大根と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	粉吹き芋
28火	つぶし粥 お麩のペースト ほうれん草のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	混ぜおじや 鶏肉のりんごソースかけ 大根サラダ 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 大根サラダ 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	こぎつねご飯 鶏肉のカレー風味焼き 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
29水	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 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが もやしと人参の和え物 なすの味噌汁 りんごパン粥	軟飯 肉じゃが もやしと人参の和え物 なすの味噌汁 手作りりんごジャムサンド きゅうりスティック 春雨スープ	ごはん 肉じゃが もやしと人参のナムル なめこの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	ツナケチャップ ご飯
30木	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 すまし汁	全粥 鶏肉の味噌煮 切干大根の煮物 お麩のすまし汁 人参軟飯	軟飯 鶏肉の味噌煮 切干大根の煮物 お麩のすまし汁 人参軟飯 茹でかぼちゃ 豆腐の味噌汁	ごはん 鶏肉の味噌照り焼き 切干大根の旨煮 お麩とえのきのすまし汁 人参軟飯 牛乳	バナナ
31金	うどん粥 高野豆腐のペースト さつま芋のペースト きゅうりのペースト すまし汁	煮込みうどん スイートポテトサラダ 高野豆腐の煮物 しらすおじや	煮込みうどん スイートポテトサラダ 高野豆腐の煮物 しらすおにぎり 茹でキャベツ わかめの味噌汁	肉うどん スイートポテトサラダ オレンジ しらすおにぎり 牛乳	塩昆布ご飯