



5月離乳食献立表



	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 カレイのサクサク焼き 野菜の煮物 もやしの味噌汁	米 カレイ・パン粉・パセリ粉・ケチャップ・ウスター 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・もやし・わかめ・葱・味噌
2 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 さつま芋・玉葱・人参・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 さつま芋・玉葱・人参・えのき・葱・味噌
4 月	<h2>みどりの日</h2>			
5 火	<h2>こどもの日</h2>			
6 水	<h2>振替休日</h2>			
7 木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 キャベツ・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・人参・じゃが芋・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 南瓜のチーズ焼き スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・ピザチーズ・パセリ粉 玉葱・人参・じゃが芋・醤油
8 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・人参・醤油	米粥 鶏の甘酢照り焼き 野菜の煮物 麩の味噌汁	米 鶏もも肉・醤油・砂糖・みりん・酒・酢 さつま芋・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・人参・えのき・わかめ・味噌
9 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 わかめの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・玉葱・キャベツ・葱・味噌
11 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 小松菜・玉葱・豆腐・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 小松菜の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 小松菜・えのき・人参・玉葱・豆腐・葱・味噌
12 火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 なめこ汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・キャベツ・豆腐・わかめ・葱・味噌
13 水	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・砂糖・醤油 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油
14 木	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
15 金	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油	米粥 サワラの照り焼き 野菜の煮物 スープ	米 サワラ・醤油・みりん 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 さつま芋・人参・玉葱・醤油
16 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 えのきスープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
18 月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 ハンバーグ 野菜の煮物 じゃが芋の味噌汁	米 合挽肉・玉葱・パン粉・塩・ケチャップ・ソース・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌
19 火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・豆腐・わかめ・醤油	米粥 カレイのムニエル 野菜の煮物 人参スープ	米 カレイ・小麦粉・パセリ粉・塩・バター 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・豆腐・えのき・わかめ・コンソメ・塩・バター
20 水	<h2>お弁当の日</h2>			
21 木	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 じゃが芋のおかか煮 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・砂糖・酒・醤油・かつお節 玉葱・人参・わかめ・醤油
22 金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏の甘辛煮 野菜の煮物 スープ	米 鶏もも肉・生姜・酒・砂糖・みりん・醤油 人参・キャベツ・醤油・砂糖 人参・玉葱・わかめ・醤油
23 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 なす・玉葱・わかめ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 なすの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 なす・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
25 月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・豆腐・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 しめじの味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 しめじ・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌
26 火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 南瓜・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 赤魚の西京焼き 南瓜のそぼろ煮 すまし汁	米 赤魚・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 南瓜・鶏挽肉・砂糖・醤油・片栗粉 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・醤油
27 水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 玉葱・人参・豆腐・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 にら・玉葱・人参・豆腐・えのき・味噌
28 木	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・胡瓜・醤油	米粥 麩の煮物 さつま芋の甘煮 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 さつま芋・砂糖・醤油 玉葱・人参・胡瓜・醤油
29 金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・小松菜・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
30 土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・じゃが芋・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 具だくさん汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 豆腐・人参・玉葱・じゃが芋・葱・味噌

☆献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。
 ☆今月は旬の食材としてにら、キャベツ、じゃが芋、玉葱などを取り入れています。
 ☆調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。