

5月離乳食献立表

あおぞら陽明保育園

日付	中期食 (7~9か月ごろ)		後期食 (9~11か月ごろ)	
	午前	午後	午前	午後
1(月)				
2(火)	7倍がゆ にんじんとコーンのスープ 鶏肉とキャベツの和風煮	食パン 野菜スープ		
8(月)			しらすと小松菜のごはん まいたけとねぎのすまし汁 鮭のてりやき ポテトサラダ	ミルク蒸しパン
9(火)	トマトライス かぼちゃとにんじんのスープ キャベツのスープ煮	食パン 野菜スープ	トマトハヤシライス かぼちゃとにんじんのスープ キャベツのサラダ	食パン 野菜スープ
10(水)	鶏だしうどん 鶏肉とほうれん草のあんかけ	えだまめのおじや	鶏だしうどん 鶏のつくね焼 ほうれん草の和えもの	えだまめのおじや
11(木)	7倍がゆ 大根とえのきのみそ汁 鶏肉とキャベツの和風煮	かぼちゃのおかゆ	軟飯 大根とえのきのみそ汁 鶏肉とキャベツの和風煮	ミルク蒸しパン
12(金)	鶏肉とにんじんのおかゆ 豆腐のみそ汁 ブロッコリーのコーン和え	手作り食パン 野菜スープ	鶏釜飯 ねぎのみそ汁 ブロッコリーのコーン和え	手作り食パン 野菜スープ
15(月)			ロールパン にんじんとキャベツのスープ ひきにくのマッシュポテト	かぼちゃのごはん
16(火)	豆腐とやさいのあんかけ丼 わかめスープ コーンサラダ	食パン 野菜スープ	豚肉とやさいのあんかけ丼 わかめスープ コーンサラダ	食パン 野菜スープ
17(水)	7倍がゆ 大根と小松菜のみそ汁 たらとじゃがいもの煮物	かぼちゃのおかゆ	軟飯 大根と小松菜のみそ汁 たらとねぎみそ焼き ジャーマンポテト	かぼちゃ蒸しパン
18(木)	7倍がゆ かぼちゃとにんじんのスープ ツナマカロニ 煮りんご	豆腐とコーンのおかゆ	軟飯 かぼちゃとにんじんのスープ ハンバーグ マカロニサラダ 煮りんご	豆腐蒸しパン
19(金)	鶏のトマトパスタ やさいたっぷりスープ ブロッコリー	えだまめのおじや	鶏のトマトパスタ やさいたっぷりスープ ブロッコリー	えだまめのおじや
22(月)			納豆ひき肉丼 わかめと油揚げのみそ汁 にんじんとコーンのサラダ	コーンクリームポテト
23(火)	7倍がゆ ほうれん草とにんじんのみそ汁 鮭とやさいの和風あんかけ	食パン 野菜スープ	軟飯 ほうれん草とにんじんのみそ汁 鮭のパン粉焼き 春雨サラダ	食パン 野菜スープ
24(水)	7倍がゆ ツナとわかめのすまし汁 豆腐とほうれん草の白和え	かぼちゃのおかゆ	軟飯 ツナとわかめのすまし汁 ミートボール もやしとほうれん草のサラダ	ミルク蒸しパン
25(木)	7倍がゆ もやしと豆腐のみそ汁 メバルとやさいの和風煮	コーンポテト	軟飯 もやしと厚揚げのみそ汁 メバルの煮つけ スパゲティーサラダ	コーンポテト
26(金)	そぼろごはん ほうれん草とキャベツのくたくた煮 バナナ	とうもろこしのごはん	そぼろごはん ほうれん草とキャベツのサラダ バナナ	とうもろこしのごはん
29(月)			軟飯 ほうれん草とえのきのスープ チャブチェ コールスローサラダ	食パン 野菜スープ
30(火)	7倍がゆ わかめとたまねぎのみそ汁 豆腐とかぼちゃの煮物	豆腐のおじや	軟飯 わかめとたまねぎのみそ汁 豆腐と青菜のチャンプルー かぼちゃサラダ	ミルク蒸しぱん
31(水)	7倍がゆ 豆乳とまいたけのみそ汁 鶏肉ときゅうりの和風煮	かぼちゃのおかゆ	軟飯 豆乳とまいたけのみそ汁 鶏肉ときゅうりの和風煮	かぼちゃのごはん

\*献立は材料の都合により変更することがあります。  
 \*調理形態は月齢や体調、個人に合わせて変更することがあります。  
 \*午前のおやつには赤ちゃんせんべいやクッキーなどを食べています。(後期・完了)