

5月離乳食献立表

あおぞら陽明保育園

日付	中期食(7~8か月ごろ)		中期食(7~8か月ごろ)	
	午前	午後	午前	午後
1(木)	5倍がゆ かぼちゃのスープ 豆腐とコーンの煮物	しらすのおかゆ	5倍がゆ かぼちゃのスープ 鶏肉ときゅうりの煮物	しらすのパンがゆ
2(金)	5倍がゆ にんじんスープ 高野豆腐とブロッコリーのとろみ煮	かぼちゃのおかゆ	鶏ひき肉の和風スパゲッティー にんじんのスープ ブロッコリーのサラダ	枝豆のおかゆ
7(火)	5倍がゆ かぼちゃのスープ たらとキャベツの和風煮	ふかし芋 ほうれん草のミルクスープ	5倍がゆ わかめのスープ たらとキャベツの洋風煮	ふかし芋 ほうれん草のミルクスープ
8(水)	5倍がゆ やさいのスープ 豆腐のトマト煮	コーンのおかゆ	5倍がゆ やさいのスープ ツナのトマト煮	野菜だしうどん
9(木)	5倍がゆ ほうれん草のみそ汁 カレイとじゃがいもの煮物	かぼちゃのおかゆ	5倍がゆ わかめのみそ汁 カレイとじゃがいもの煮物	パンがゆ
10(金)	5倍がゆ たまねぎのスープ しらすと野菜のトマト煮	にんじんのおかゆ	パンがゆ たまねぎのスープ しらすと野菜のトマト煮	青のりのおかゆ
13(月)	5倍がゆ ほうれん草のスープ たらと野菜の和風煮	じゃがいものおやき 野菜スープ	5倍がゆ(わかめ) ほうれん草のスープ たらと野菜のみそ煮	じゃがいものおやき 野菜スープ
14(火)	5倍がゆ ブロッコリーのスープ 高野豆腐とかぼちゃのとろみ煮	しらすと野菜のおかゆ	鶏だしうどん ブロッコリーとツナのサラダ きゅうりの和えもの	しらすと野菜のおかゆ
15(水)	5倍がゆ カレイとじゃがいもの照り煮 玉ねぎとコーンのスープ	にんじんのおかゆ	5倍がゆ カレイとじゃがいもの照り煮 玉ねぎとコーンのスープ	にんじんのおかゆ
16(木)	5倍がゆ ほうれん草のみそ汁 たらとじゃがいもの照り煮	コーンのおかゆ	5倍がゆ 小松菜のみそ汁 鮭とじゃがいもの照り煮	パンがゆ(豆乳)
17(金)	人参のお粥 豆腐とほうれん草のスープ 大根サラダ	かぼちゃのおかゆ	鶏釜飯 豆腐とほうれん草のスープ 大根サラダ	かぼちゃのおかゆ
20(月)	5倍がゆ 人参のお汁 カレイのみぞれ煮	じゃがいものコーン和え	5倍がゆ 呉汁 鮭のみぞれ煮	じゃがいものコーン和え
21(火)	5倍がゆ トマトスープ しらすとキャベツの和風煮	ほうれん草のおかゆ	5倍がゆ トマトスープ しらすとキャベツの洋風煮	枝豆のおかゆ
22(水)	5倍がゆ ほうれん草のスープ 豆腐とコーンのとろみ煮	しらすのおかゆ	納豆5倍がゆ ほうれん草のスープ 鮭とコーンのとろみ煮	蒸しお好み焼き(しらす)
23(木)	5倍がゆ かぼちゃのスープ たらと野菜の和風あんかけ	にんじんのおかゆ	5倍がゆ わかめのスープ ツナと野菜の和風あんかけ	にんじんのおかゆ
24(金)	5倍がゆ キャベツのお汁 豆腐と野菜の煮物	コーンのおかゆ	5倍がゆ わかめのみそ汁 豆腐とひじきの煮物	パンがゆ(豆乳)
27(月)	5倍がゆ にんじんの汁 じゃがいもとほうれん草の和風煮	しらすのおかゆ	5倍がゆ にんじんの汁 じゃがいもと小松菜の和風煮	しらすのおかゆ
28(火)	5倍がゆ 玉ねぎのスープ たらと野菜の和風あんかけ	かぼちゃのおかゆ	5倍がゆ 玉ねぎと枝豆のスープ たらと野菜の洋風あんかけ	かぼちゃのおかゆ
29(水)	5倍がゆ 豆乳のお汁 高野豆腐とにんじんのとろみ煮	にんじんのおかゆ	5倍がゆ 豆乳とまいたけのみそ汁 鶏肉とにんじんのとろみ煮	わかめうどん
30(木)	5倍がゆ ほうれん草とコーンのスープ カレイのトマト煮	豆腐のおかゆ	5倍がゆ ほうれん草とコーンのスープ 鮭のトマト煮	豆腐のおかゆ
31(金)	5倍がゆ たまねぎのお汁 しらすと野菜の煮物	コーンのおかゆ	5倍がゆ わかめとたまねぎのみそ汁 しらすと野菜の煮物	パンがゆ(豆乳)

*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を食べています。(後期・完了)