

5月離乳食献立表

よつば陽明保育園

日付	中期食 (7~8か月ごろ)		後期食 (9~11か月ごろ)	
	午前	午後	午前	午後
1(木)	7倍がゆ 豆腐と野菜のとりみ煮 ブロッコリー	パンがゆ ミルクスープ	全粥 肉豆腐 ブロッコリー	食パン ミルクスープ
2(金)	7倍がゆ 玉ねぎの人参のスープ ツナと野菜のあんかけ	パンがゆ 野菜スープ	全粥 玉ねぎと人参のスープ ミートボール スパゲッティサラダ	食パン 野菜スープ
7(火)	和風うどん にんじんサラダ	かぼちゃのおかゆ	和風うどん にんじんしゅうまい 切干大根のサラダ	かぼちゃのおかゆ
8(水)	7倍がゆ きのこ汁 鮭とキャベツの照り煮	しらすがゆ コーンスープ	全粥 きのこ汁 鮭とキャベツの照り煮	しらす食パン コーンスープ
9(木)	7倍がゆ わかめスープ 豆腐とお芋の洋風煮	さつまいものおかゆ	全粥 わかめスープ 煮込みハンバーグ さつまいもとかぼちゃのサラダ	さつまいものおかゆ
10(金)	鶏釜飯 大根と小松菜のみそ汁 きゅうりと人参の和え物	パンがゆ 野菜スープ	鶏釜飯 大根と小松菜のみそ汁 きゅうりと人参の和え物	食パン 野菜スープ
13(月)	あんかけうどん かぼちゃとコーン	わかめのおかゆ	あんかけうどん かぼちゃとコーン	わかめのおかゆ
14(火)	7倍がゆ ブロッコリーと人参のスープ 鶏肉とひじきの和風煮	パンがゆ ミルクスープ	全がゆ ブロッコリーと人参のスープ 鶏肉のコンソメ煮 ひじきのサラダ	手作り食パン ミルクスープ
15(水)	7倍がゆ キャベツのみそ汁 しらすとほうれん草のとりみ煮	ふかし芋	全がゆ キャベツと油揚げのみそ汁 豚肉とほうれん草のとりみ煮	ふかし芋
16(木)	7倍がゆ ほうれん草のスープ 豆腐ときゃべつのおかか煮	パンがゆ 野菜スープ	全がゆ ほうれん草のスープ 厚揚げの肉のみそ炒め きゃべつのおかか和え	食パン 野菜スープ
17(金)	全がゆ 塩ちゃんこ かぼちゃサラダ	かぼちゃのおかゆ	全がゆ 塩ちゃんこ かぼちゃサラダ	かぼちゃのおかゆ
20(月)	7倍がゆ 豆腐のみそ汁 鮭のひじきあんかけ	パンがゆ ミルクスープ	全がゆ 豆腐のみそ汁 鮭のひじきあんかけ	手作り食パン ミルクスープ
21(火)	7倍がゆ 白菜のスープ ツナとブロッコリーの和風煮	蒸しお好み焼き(しらす)	全がゆ 白菜のスープ チャプチェ ブロッコリーのサラダ	お好み焼き(しらす)
22(水)	しらすとトマトのスパゲッティ ほうれん草と玉ねぎのスープ かぼちゃとコーン	青のりのおかゆ	ミートソーススパゲッティ ほうれん草と玉ねぎのスープ かぼちゃとコーン	青のりのおかゆ
23(木)	7倍がゆ キャベツのみそ汁 鶏肉と野菜の中華煮	パンがゆ かぼちゃスープ	全粥 キャベツのみそ汁 鶏肉と野菜の中華煮	食パン かぼちゃスープ
24(金)	7倍がゆ 豆腐と野菜のあんかけ かぼちゃサラダ	人参のおかゆ	ジャージャー丼 かぼちゃサラダ	人参のおかゆ
27(月)	7倍がゆ 玉ねぎと白菜のみそ汁 鮭と人参の照り煮	みそだれがゆ	全粥 豚汁 鮭の照り焼煮 にんじんしりしり	みそだれがゆ
28(火)	7倍がゆ チンゲン菜のスープ ツナと野菜の和風煮	ぱんがゆ コーンスープ	ルーローハン 春雨スープ ほうれん草の中華和え	食パン コーンスープ
29(水)	野菜あんかけうどん かぼちゃサラダ	おかかがゆ	野菜あんかけうどん かぼちゃサラダ みかん缶	おかかがゆ
30(木)	7倍がゆ 小松菜のみそ汁 豆腐とにんじんのとりみ煮	小松菜のおかゆ	全粥 厚揚げの小松菜のみそ汁 鮭の塩焼き(とろみつき) 切干大根の煮物	小松菜のおかゆ
31(金)	しらす和風丼 ほうれん草のすまし汁 キャベツの和え物	パンがゆ かぼちゃスープ	和風とろみ丼 ほうれん草のすまし汁 キャベツの和え物	手作り食パン かぼちゃスープ

\* 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を食べています。(後期)