

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(金)	7倍がゆ しらすとほうれん草のあんかけ かぼちゃのサラダ	コーンスープ 食パン	3倍がゆ えのきのスープ あんかけしゅうまい かぼちゃのサラダ	コーンスープ 食パン
7(木)	7倍がゆ わかめのみそ汁 ツナとひじきの煮物	ほうれん草のスープ 食パン	3倍がゆ ねぎとわかめのみそ汁 鮭の煮物 ツナひじき	ほうれん草のスープ 食パン
8(金)	ツナと人参の和風うどん コーンスープ ほうれん草の和え物	かぼちゃのおかゆ	マーボー風うどん 卵の中華スープ もやしのナムル みかん缶	かぼちゃのおかゆ
11(月)	7倍がゆ 豆腐のみそ汁 鮭と人参のみそ煮	コーンスープ 手作り食パン	3倍がゆ 豆腐と油揚げのみそ汁 鮭のみそ煮 きんぴらにんじん	コーンスープ 手作り食パン
12(火)	コーンのうどん ブロッコリーとツナのサラダ	わかめのおかゆ	ねぎ塩うどん ブロッコリーとツナのサラダ もも缶	わかめのおかゆ
13(水)	7倍がゆ 小松菜のみそ汁 鶏肉ときゅうりの和風煮	しらすのおかゆ	3倍がゆ 切干大根と小松菜のみそ汁 鶏肉の照り煮 スパゲティーサラダ	しらすのおかゆ
14(木)	7倍がゆ オニオンスープ にんじんとツナのとろみ煮	かぼちゃのスープ 食パン	3倍がゆ オニオンスープ 豚肉の炒めもの マカロニサラダ	かぼちゃのスープ 食パン
15(金)	納豆のあんかけ丼 にんじのみそ汁 きやべつとしらすの和え物	コーンスープ しょく	納豆ひき肉丼 厚揚げのみそ汁 きやべつとしらすの和え物	コーンスープ ホットケーキ
18(月)	7倍がゆ おふのみそ汁 カレーと白菜の煮物	ほうれん草のスープ 食パン	3倍がゆ おふとねぎのみそ汁 カレーの煮つけ 白菜の炒め物	ほうれん草のスープ 食パン
19(火)	7倍がゆ 大根のみそ汁 ツナとかぼちゃの甘だれ煮	ヨーグルト	3倍がゆ 大根と油揚げのみそ汁 豚肉の炒め物 かぼちゃの甘だれがけ	みかんヨーグルト
20(水)	しらすの和風あんかけ丼 小松菜のお汁 きゅうりのおかか和え	ハイハイ	豚肉の和風あんかけ丼 小松菜のお汁 きゅうりとしらすのおかか和え	お芋クッキー
21(木)	7倍がゆ ブロッコリーのスープ ツナとにんじんの和風煮	じゃがいもの醤油和え	3倍がゆ ブロッコリーのスープ 巻かないロールキャベツ（コンソメ） 春雨サラダ	じゃがいものバター醤油
22(金)	和風しらす丼 わかめのお汁 じゃがいものサラダ	ほうれん草のうどん	ビビンバ わかめの中華スープ ポテトサラダ	ほうれん草のうどん
25(月)	7倍がゆ かぼちゃとほうれん草のみそ汁 小松菜の納豆のあんかけ	ヨーグルト	3倍がゆ かぼちゃとほうれん草のみそ汁 鮭の煮物 小松菜の納豆和え	ヨーグルト
26(火)	鶏肉入りおかゆ わかめと高野豆腐のみそ汁 きやべつのおかか和え	ほうれん草のスープ 食パン	鶏釜飯風おかゆ わかめと高野豆腐のみそ汁 きやべつのおかか和え	ほうれん草のスープ 食パン
27(水)	7倍がゆ かぼちゃのみそ汁 ツナとキャベツの煮物	コーンスープ 食パン	3倍がゆ えのきともやしのみそ汁 和風ハンバーグ キャベツの和え物	コーンスープ 食パン
28(木)	手打ち（ほうれん草） 鶏肉の煮物 コーン	しらすわかめおかゆ	手打ち（ほうれん草） 鶏肉のてり煮 コーンのバターソテー	しらすわかめおかゆ
29(金)	7倍がゆ コーンとにんじんのスープ ツナとブロッコリーの和風煮	かぼちゃスープ 食パン	3倍がゆ コーンとにんじんのスープ チャブチェ ブロッコリー	かぼちゃスープ 食パン

*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）