



# 5月 幼児食献立表



社会福祉法人希福社会 ママサポート

日付	午前おやつ	献立名	午後おやつ	材料名(○はおやつ材料)	
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの
1 土		もずくどんぶり たまごスープ	わかめおにぎり	豚ひき肉、もずく、卵、 炊き込みわかめ	米、三温糖、片栗粉、○米 コーン缶、にんじん、赤パプリカ、 しめじ、こまつな
3 月	<b>憲法記念日</b>				
4 火	<b>みどりの日</b>				
5 水	<b>こどもの日</b>				
6 木	保育乳	カレーライス コールスローサラダ ヨーグルト(黄桃)	鮭青菜おにぎり	牛乳、鶏もも肉、ハム、 ヨーグルト	米、○米、じゃがいも、三温糖、油 かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、 ピーマン、しめじ、キャベツ、もも 缶、○鮭青菜ふりかけ
7 金	保育乳	あわごはん 白身魚のマヨネーズ焼き クープイリチー 野菜スープ	きなこごまのクッキー 黄桃	牛乳、白身魚、刻みこんぶ、 豚肉、きな粉、○ごま	米、あわ、マヨネーズ、しらす、 三温糖、油、○小麦粉、○きな粉、○ 卵、○三温糖、○無塩バター
8 土		3色そぼろどんぶり 豆腐とわかめのスープ	スティックパン 豆乳	豚ひき肉、卵、絹ごし豆 腐、カットわかめ、○調製 豆乳	米、三温糖、油、○スティックパン こまつな、にんじん、ほうれんそ う、ねぎ
10 月	豆乳	肉みそうどん キャベツスープ オレンジ	ツナマヨおにぎり	調製豆乳、豚ひき肉、黒 きくらげ、油揚げ、ツナ油 漬缶、味付けのり	ゆでうどん、油、みそ、三温糖、片 栗粉、○米、○マヨネーズ にんじん、ねぎ、干しいたけ、 きゅうり、もやし、キャベツ、しめ じ、オレンジ
11 火	豆乳	麦ごはん 鮭のちゃんちゃん焼き 豆腐と青菜のチャンプルー わかめとしめじのみそ汁	焼きドーナツ みかん缶	調製豆乳、さけ、木綿豆腐、豚 肉、花かつお、カットわかめ、 ○調製豆乳、○ピュアココア、 ○卵	米、押麦、みそ、三温糖、油、○ ホットケーキ粉、○無塩バター、○ 三温糖 キャベツ、にんじん、ねぎ、えのきたけ、 赤パプリカ、たまねぎ、しめじ、チンゲン サイ、もやし、○みかん缶
12 水	豆乳	ごはん 昆布納豆 切り干し大根と豚肉の炒め物 こまつなごま和え そうめん汁	ジャムクッキー パイ缶	調製豆乳、ひきわり納豆、 塩こんぶ、豚肉、黒きくら げ、鶏ささみ	米、ごま油、すりごま、三温糖、干し そうめん、○小麦粉、○無塩バター にんじん、ピーマン、コーン缶、切 り干し大根、キャベツ、こまつな、 ねぎ、○いちごジャム、○パイ缶
13 木	豆乳	ごはん きゅうりの華風サラダ 鶏肉のバーベキューソース焼き じゃがいものみそ汁	ヨーグルトスコーン オレンジ	調製豆乳、鶏もも肉、ハム、 油揚げ、○ヨーグルト、 ○卵	米、三温糖、ごま油、じゃがいも、み そ、○強力粉、○無塩バター、○三 温糖 たまねぎ、ねぎ、パイ缶、きゅう り、にんじん、もやし、こまつな、し めじ、○オレンジ
14 金	豆乳	あわごはん 白身魚の磯辺揚げ ごぼうとコーンのサラダ チンゲン菜のスープ	さつまいもポテト 黄桃	調製豆乳、白身魚、あお のり、ハム、ごま、油揚げ	米、あわ、片栗粉、油、マヨネーズ、 ○さつまいも、○三温糖、○油 ごぼう、にんじん、コーン缶、チン ゲンサイ、キャベツ、○もも缶
15 土		<b>お弁当日</b>	バナナ せんべい 豆乳	○調整豆乳	○バナナ
17 月	保育乳	ごはん 鶏肉の甘辛煮 キャベツとにんじんのサラダ 大根のみそ汁	紅いもちんすこう バナナ	牛乳、鶏肉、厚揚げ、ツナ 油漬缶、	米、三温糖、油、マヨネーズ、みそ、 ○小麦粉、○三温糖、○油、○紅 いもパウダー たまねぎ、にんじん、干しいたけ、 キャベツ、きゅうり、コーン缶、 だいこん、こまつな、○バナナ
18 火	保育乳	麦ごはん コンソメスープ さけのポテトクリーム焼き きゅうりとちくわの酢の物	レモンケーキ みかん缶	牛乳、さけ、カットわかめ、 ちくわ、ベーコン、○卵	米、押麦、じゃがいも、油、三温糖、 ○ホットケーキ粉、○無塩バター、 ○三温糖 たまねぎ、クリームコーン缶、きゅうり、 だいこん、キャベツ、ほうれんそう、コー ン缶、○レモン果汁、○みかん缶
19 水	保育乳	ごはん 筑前煮 ブロッコリーサラダ キャベツのみそ汁	スウィートポテト パイ缶	牛乳、鶏もも肉、ちくわ、 大豆水煮缶、油揚げ、○ 卵	米、さといも、三温糖、油、みそ、○ さつまいも、○三温糖、○生クリー ム、○無塩バター にんじん、だいこん、干しいたけ、いん げん、ブロッコリー、きゅうり、コーン缶、 キャベツ、しめじ、○パイ缶
20 木	保育乳	ごはん ポークチャップ かぼちゃのサラダ 青菜スープ	セサミクッキー オレンジ	牛乳、豚肉、ヨーグルト、 ○ごま	米、じゃがいも、三温糖、油、マヨ ネーズ、○小麦粉、○無塩バター、 ○三温糖 たまねぎ、トマト缶、かぼちゃ、に んじん、きゅうり、コーン缶、こまつ な、○オレンジ
21 金	保育乳	あわごはん 白身魚のマヨネーズ焼き クープイリチー 野菜スープ	あずきスコーン 黄桃	牛乳、白身魚、黒きくら げ、刻みこんぶ、豚肉、○ ゆであずき缶、○ヨーグ ルト、○卵	米、はるさめ、マヨネーズ、三温糖、 しらす、○強力粉、○無塩バ ター、○黒砂糖 たまねぎ、パセリ粉、切り干し大 根、にんじん、ほうれんそう、キャ ベツ、○黄桃
22 土		ハヤシライス コーンスープ	ホットケーキ 豆乳	豚肉、○調製豆乳	米、○ホットケーキ粉、○油、○三 温糖 たまねぎ、にんじん、マッシュルー ム缶、トマト缶、コーン缶、ねぎ、 ほうれんそう
24 月	豆乳	ごはん ひじきのサラダ 鶏肉とじゃがいもの南蛮煮 白菜スープ	田芋ケーキ バナナ	調製豆乳、鶏もも肉、ひじき、 大豆水煮缶、ベーコン、かにか まぼこ、○卵、○ごま、○調製 豆乳	じゃがいも、しらす、油、三温糖、 みそ、○ホットケーキ粉、○無塩バ ター、○三温糖、○田芋 にんじん、ごぼう、ねぎ、きゅうり、 はくさい、ほうれんそう、コーン缶、 ○バナナ
25 火	豆乳	麦ごはん さけのカレー揚げ きのこ野菜の炒め物 豆腐のみそ汁	きなこクリームパン	調製豆乳、さけ、絹ごし豆 腐、豚肉、○きなこ、○調 製豆乳	米、押麦、片栗粉、油、みそ、○食 パン、○三温糖、○無塩バター にんじん、キャベツ、しめじ、干し いたけ、こまつな、ねぎ
26 水	豆乳	ごはん 豆腐の野菜あんかけ 麩チャンプルー わかめスープ	ココアクッキー パイ缶	調製豆乳、木綿豆腐、豚ひき 肉、カットわかめ、○ピュアココ ア、○牛乳	米、油、三温糖、焼麩、片栗粉、は るさめ、○小麦粉、○無塩バター、 ○三温糖 たまねぎ、にんじん、ピーマン、 キャベツ、こまつな、ねぎ、コー ン缶、○パイ缶
27 木	豆乳	ごはん チンジャオロース 春雨の酢の物 中華風コーンスープ	マーラーカオ オレンジ	調製豆乳、豚ひき肉、卵、 ハム、○卵、○調製豆乳	米、片栗粉、油、三温糖、はるさ め、ごま油、○ホットケーキ粉、○ 三温糖、○油 もやし、ピーマン、にんじん、きゅう り、ねぎ、コーン缶、○オレンジ
28 金	豆乳	ウッテンライス ミートローフ 野菜ソテー チキンクリームスープ	ホットケーキ(ジャム ソース) 黄桃	調製豆乳、豚ひき肉、卵、 すりごま、鶏もも肉、○ 卵、○調製豆乳	米、パン粉、三温糖、油、○ホッ トケーキ粉、○三温糖、○油 たまねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、グ リンピース、ブロッコリー、にんじん、こ まつな、○いちごジャム、○もも缶
29 土		鶏肉の照り焼き丼 もずくスープ	ピスコ バナナ 豆乳	鶏もも肉、味付けのり、も ずく、絹ごし豆腐、卵、○ 調製豆乳	米、片栗粉、油 たまねぎ、にんじん、いんげん、ね ぎ、○バナナ
31 月	保育乳	ごはん 鶏肉のマーマレード焼き 大根のごまサラダ きのこのみそ汁	おふラスク バナナ	鶏もも肉、カットわかめ、 油揚げ、ごま、絹ごし豆腐	三温糖、油、みそ、○焼ふ、○無塩 バター、○三温糖 マーマレード、だいこん、にんじ ん、しめじ、えのきたけ、○バナナ

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



# 5月離乳食こんだて表①



社会福祉法人希福祉会 ママサポート  
材料と体内での主なはたらき

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくなる食物
1	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 野菜スープ	ミルク、豚ひき肉	米	にんじん、こまつな、赤パプリカ、しめじ、ブロッコリー
3	月	<b>憲法記念日</b>						
4	火	<b>みどりの日</b>						
5	水	<b>こどもの日</b>						
6	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 野菜スープ	ミルク、鶏肉	米、じゃがいも	かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、しめじ
7	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 野菜スープ	ミルク、白身魚、きなこ、こま、牛乳	米、小麦粉、三温糖、無塩バター	たまねぎ、にんじん、切り干しだいこん、ほうれんそう、キャベツ
8	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 わかめのスープ(薄)	ミルク、豚ひき肉、豆腐、カットわかめ	米	こまつな、にんじん、ほうれんそう、ねぎ、ブロッコリー
10	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	肉うどん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮	ミルク、豚ひき肉、豆腐	ゆでうどん、米	にんじん、ねぎ、きゅうり、もやし、キャベツ、しめじ、ほうれんそう
11	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツブロッコリーペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 わかめとしめじのみそ汁(薄)	ミルク、白身魚、さけ、豆腐、豚肉、カットわかめ、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	キャベツ、にんじん、ねぎ、赤パプリカ、たまねぎ、しめじ、チンゲンサイ、もやし
12	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 そうめん汁(薄)	ミルク、豚肉、豆腐、鶏ささみ、豆乳	米、干しとうめん、小麦粉、無塩バター、三温糖	にんじん、ピーマン、切り干しだいこん、キャベツ、こまつな、ねぎ
13	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 じゃがいものみそ汁(薄)	ミルク、豆腐、鶏肉、豆乳	米、じゃがいも、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、ねぎ、きゅうり、にんじん、もやし、こまつな、しめじ
14	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 青菜スープ(薄)	ミルク、白身魚	米、さつまいも	にんじん、ごぼう、チンゲンサイ、キャベツ
15	土	お弁当日	お弁当日	お弁当日	お弁当日	ミルク		バナナ
			ミルク せんべい バナナ(きざみ)	ミルク せんべい バナナ(きざみ)	ミルク せんべい バナナ(きざみ)			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります





## 5月離乳食こんだて表②



社会福祉法人希福社会 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくなる食物
17	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 大根のみそ汁(薄)	ミルク、豆腐、鶏肉	米	たまねぎ、にんじん、キャベツ、きゅうり、だいこん、こまつな、バナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ→おにぎり バナナ(きざみ)	ミルク、白身魚、さけ、カットわかめ、牛乳	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、だいこん、きゅうり、キャベツ、ほうれんそう
18	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 コンソメスープ(薄)	ミルク、白身魚、さけ、カットわかめ、牛乳	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、だいこん、きゅうり、キャベツ、ほうれんそう
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ	ミルク、豆腐、鶏肉	米、さつまいも	にんじん、だいこん、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、しめじ
19	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ブロッコリーキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 キャベツのみそ汁(薄)	ミルク、豆腐、鶏肉	米、さつまいも	にんじん、だいこん、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、しめじ
		ミルク 芋野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 芋野菜がゆ	ミルク 芋野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚肉、牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、こまつな
20	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ホトトギスキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜スープ(薄)	ミルク、豆腐、豚肉、牛乳	米、じゃがいも、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、きゅうり、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ソフトクッキー	ミルク、白身魚、豆乳	米、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、切り干しだいこん、にんじん、ほうれんそう、キャベツ
21	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜タマネギペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 野菜スープ(薄)	ミルク、白身魚、豆乳	米、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、切り干しだいこん、にんじん、ほうれんそう、キャベツ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ソフトクッキー	ミルク ソフトクッキー	ミルク、豚肉、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、にんじん、ねぎ、ほうれんそう
22	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜スープ(薄)	ミルク、豚肉、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、にんじん、ねぎ、ほうれんそう
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ	ミルク ホットケーキ	ミルク、鶏肉、豆腐、ひじき、豆乳	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、三温糖、油	にんじん、ごぼう、ねぎ、きゅうり、はくさい、ほうれんそう、バナナ
24	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 白菜スープ(薄)	ミルク、鶏肉、豆腐、ひじき、豆乳	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、三温糖、油	にんじん、ごぼう、ねぎ、きゅうり、はくさい、ほうれんそう、バナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク ホットケーキ バナナ(きざみ)	ミルク、白身魚、豆腐、豚肉、さけ	米、食パン	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな、ねぎ
25	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 豆腐のみそ汁(薄)	ミルク、白身魚、豆腐、豚肉、さけ	米、食パン	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク スティックパン	ミルク、豆腐、豚肉、豆乳、ひじき、カットわかめ	米、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、こまつな、ねぎ
26	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 わかめスープ(薄)	ミルク、豆腐、豚肉、豆乳、ひじき、カットわかめ	米、小麦粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、キャベツ、こまつな、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ソフトクッキー	ミルク ソフトクッキー	ミルク、豚肉、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	もやし、ピーマン、にんじん、きゅうり、ねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー
27	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ホトトギスブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 野菜スープ(薄)	ミルク、豚肉、豆乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	もやし、ピーマン、にんじん、きゅうり、ねぎ、かぼちゃ、ブロッコリー
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 蒸しパン	ミルク 蒸しパン	ミルク、豆腐、豚肉、豆乳、鶏肉、牛乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、ブロッコリー、にんじん、こまつな
28	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 鶏肉スープ(薄)	ミルク、豆腐、豚肉、豆乳、鶏肉、牛乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、油	たまねぎ、赤パプリカ、黄パプリカ、ブロッコリー、にんじん、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ	ミルク ホットケーキ	ミルク、豆腐、鶏肉、もずく	米	たまねぎ、にんじん、ねぎ、ブロッコリー、バナナ
29	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 もずくスープ(薄)	ミルク、豆腐、鶏肉、もずく	米	たまねぎ、にんじん、ねぎ、ブロッコリー、バナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ→おにぎり バナナ(きざみ)	ミルク、鶏肉、豆腐、カットわかめ	米	だいこん、にんじん、しめじ、かぼちゃ、バナナ
31	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 きのこのみそ汁(薄)	ミルク、鶏肉、豆腐、カットわかめ	米	だいこん、にんじん、しめじ、かぼちゃ、バナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

