

5月 離乳食献立

日にち	献立名	材料名			午後のおやつ
		熱や力となる食品	血や肉となる食品	からだの調子を整える食品	
1	おかゆ 鶏だんごとキャベツの煮物 春雨スープ	米 小麦粉	鶏ささみひき肉 牛乳	人参 ねぎ キャベツ コーン缶 玉ねぎ レタス トマト きゅうり りんご	りんごのパンケーキ
2・30	ツナの雑炊 キャベツのすまし汁	米	ツナ水煮缶	ねぎ もやし 人参 コーン缶 キャベツ きゅうり	米せんべい
7	おかゆ 鶏だんごのトマト煮 ブロッコリーのスープ	米 食パン	鶏ささみひき肉	玉ねぎ 人参 トマト缶 ブロッコリー	食パン
8・20	おかゆ メカジキとじゃがいもの煮物 わかめのみそ汁	米 じゃがいも	メカジキ 赤みそ ヨーグルト	ひじき ほうれん草 玉ねぎ にんじん わかめ バナナ	バナナヨーグルト 米せんべい
9・23	野菜の雑炊 豆腐とねぎのスープ	米 米粉	豆腐 牛乳	もやし ほうれん草 ねぎ 人参	9：米せんべい 23：米粉のパンケーキ
11・25	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 かぼちゃの豆乳スープ	米 小麦粉 じゃがいも	鶏ささみひき肉 牛乳 豆乳	ピーマン 人参 玉ねぎ 南瓜	ミルクパンケーキ
12・27	おかゆ 鮭の青菜あんかけ お麩のみそ汁	米 小玉麩 食パン	鮭 合わせみそ	人参 チンゲン菜 もやし 絹さや 玉ねぎ	食パン
13・26	ツナの雑炊 コーンのスープ 13：オレンジ	米 マカロニ	ツナ水煮缶 花かつお	玉ねぎ キャベツ 人参 あさつき コーン缶 コーンクリーム缶 オレンジ	マカロニのおかか煮
14・28	豆乳パン 和風マカロニシチュー ほうれん草の煮浸し	米 マカロニ 豆乳パン	ツナ水煮缶 鶏ささみひき肉	玉ねぎ コーン缶 ほうれん草 人参	ツナのおかゆ
15・29	おかゆ 鶏だんごと豆腐のみそ煮 レタスとコーンのすまし汁	米 食パン	豆腐 鶏ささみひき肉	大根 人参 玉ねぎ キャベツ レタス コーン缶 小松菜 ねぎ	15：野菜がゆ 29：食パン
16	しらすの煮込みパスタ じゃがいものポタージュ	スパゲッティー 米粉 じゃがいも	しらす干し 豆乳	キャベツ 人参 ブロッコリー 玉ねぎ	米粉のパンケーキ
18	おかゆ 鶏じゃが レタスとトマトのスープ	米 小麦粉 じゃがいも	鶏ささみひき肉 牛乳	人参 コーン缶 レタス トマト 玉ねぎ 小松菜	小松菜パンケーキ
19	小松菜とツナの煮込みパスタ 和風ミネストローネ バナナ	米 スパゲッティー	ツナ水煮缶 花かつお	小松菜 玉ねぎ 人参 ケチャップ キャベツ トマト缶 ブロッコリー バナナ	おかがかゆ
21	おかゆ 春雨とそぼろの煮物 豆腐と小松菜のスープ	米 春雨 食パン	鶏ささみひき肉 豆腐	玉ねぎ 人参 ねぎ 小松菜 クリームコーン缶	食パン
22	おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ チンゲン菜のみそ汁	米 じゃがいも	鶏ささみひき肉 豆腐 合わせみそ	玉ねぎ チンゲン菜 人参 ねぎ オレンジ	じゃがいものおやき

※献立は後期食になります。初期・中期食は段階に合わせ調理します。

※中期から、かつおの削り節でとっただしを使用しています。

※献立は変更になる場合があります。 ※必要に応じ片栗粉を使用します。