

2022年度 5月 離乳食予定献立表

		1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)			1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)
2 16 30 (月)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし 人参 かぼちゃ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜のみそ煮 かぼちゃ煮 スープ	9 23 (月)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし じゃがいも かぶ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
17 31 (火)	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し キャベツ さつま芋 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ たらキャベツ煮 さつま芋煮 すまし汁	10 24 (火)	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し キャベツ さつま芋 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ たらキャベツ煮 さつま芋煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
18 (水)	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し かぼちゃ かぶ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ かぶとおふの煮物 かぼちゃ煮 みそ汁	11 25 (水)	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し じゃがいも ブロッコリー 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ
19 (木)	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し じゃがいも にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 鮭青菜煮 じゃが芋煮 みそ汁	12 26 (木)	午前	重湯→7倍がゆ たらすり流し かぼちゃ かぶ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ たらかぶ煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	午後		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
6 20 (金)	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し キャベツ かぼちゃ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	13 27 (金)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし ブロッコリー 人参 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 スープ
	午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ しらすのそら豆煮 くだもの 野菜スープ
7 21 (土)	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐うらごし にんじん たまねぎ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐キャベツ煮 にんじん煮 スープ	14 28 (土)	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し かぼちゃ 人参 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 かぼちゃ煮 スープ
	午後		7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 くだもの 野菜スープ		午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ

*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、
たら—北海道産、さわら—富山県産、
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。
☆午後食には野菜スープがつきます。



2022年度 5月 離乳食予定献立表

		3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)			3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)
2 16 30 (月)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐野菜のみそ煮 かぼちゃ煮 スープ	マーボー豆腐飯 かぼちゃ煮 おかひじきスープ	9 23 (月)	午前	全がゆ→軟飯 じゃが芋と豚ひきの煮物 かぶ煮 みそ汁	グリーンピースご飯 じゃが芋焼きコロッケ きゅうりピクルス みそ汁
	午後	じゃが芋おやき しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	ハッシュドポテト せんべい くだもの		午後	全がゆ→パン おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	三角ラスク レーズン くだもの
17 31 (火)	午前	全がゆ→軟飯 かじきキャベツ煮 さつま芋煮 すまし汁	軟飯 すまし汁 かじきみそ焼き ごま和え さつま芋煮	10 24 (火)	午前	全がゆ→軟飯 たらキャベツあん さつま芋煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 あじのから揚げ ゆかり和え さつま芋煮
	午後	全がゆ→おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	チキンライスおにぎり クラッカー くだもの		午後	全がゆ→おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	茶飯おにぎり せんべい くだもの
18 (水)	午前	全がゆ→軟飯 かぶとおふの煮物 かぼちゃ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 鶏肉の磯辺揚げ 切干大根煮 かぼちゃ煮	11 25 (水)	午前	全がゆ→軟飯 しらす野菜あん アスパラ煮 みそ汁	わかめ軟飯 みそ汁 春キャベツバーグ じゃがバター
	午後	全がゆ→パン しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	ジャムサンド ヨーグルト くだもの		午後	野菜うどん 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	冷やしうどん クラッカー くだもの
19 (木)	午前	全がゆ→軟飯 鮭 青菜あん じゃが芋そぼろあん みそ汁	鮭と青菜のまぜごはん 新じゃがそぼろあん みそ汁	12 26 (木)	午前	全がゆ→軟飯 たら かぶあん ひじき茶巾 みそ汁	軟飯 みそ汁 さわらごま照り焼き ひじき茶巾 おかか和え
	午後	豆腐野菜あんパスタ くだもの 野菜スープ	あべかわマカロニ 煮豆 くだもの		午後	全がゆ→おにぎり おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	きなこおはぎ せんべい くだもの
6 20 (金)	午前	全がゆ→軟飯 しらす野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	軟飯 ポークチャップ かぼちゃ煮 みそ汁	13 27 (金)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐 野菜あん ブロッコリー煮 スープ	ビビンバ丼 わかめスープ ブロッコリー煮
	午後	全がゆ→パン おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	黒糖みそ蒸しパン せんべい くだもの		午後	全がゆ→パン しらすのそら豆煮 くだもの 野菜スープ	メープルサンド そら豆 くだもの
7 21 (土)	午前	野菜と豚肉のうどん 豆腐キャベツ煮 にんじん煮	焼きうどん きゅうり浅漬け にんじん煮 豆腐スープ	14 28 (土)	午前	全がゆ→軟飯 しらす 野菜あん 人参煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 鶏の照り焼き ごまサラダ
	午後	全がゆ→おにぎり たら野菜煮 くだもの 野菜スープ	ゆかりおにぎり せんべい くだもの		午後	納豆うどん くだもの 野菜スープ	豚汁風うどん レーズン くだもの

*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、
たら—北海道産、さわら—富山県産、
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。
☆午後食には野菜スープがつきます。
☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。

