

2023年度 5月 離乳食予定献立表

		1回食(5・6か月)	2回食(7・8か月)			1回食(5・6か月)	2回食(7・8か月)
1 15 29 (月)	午前	つぶしがゆ 野菜スープ たらすり流し かぼちゃ キャベツ	7倍がゆ→全がゆ たらキャベツ煮 かぼちゃ煮 すまし汁	8 22 (月)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 じゃがいも煮 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 たら野菜煮 くだもの 野菜スープ
2 16 30 (火)	午前	つぶしがゆ 野菜スープ 豆腐すりつぶし かぶ にんじん	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 かぶ煮 おかひじきスープ	9 23 (火)	午前		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 にんじん煮 みそ汁
	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 おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
17 31 (水)	午前		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 かぶ煮 みそ汁	10 24 (水)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐キャベツ煮 アスパラ煮 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		納豆うどん くだもの 野菜スープ
18 (木)	午前		鮭と小松菜の混ぜ粥 じゃが芋煮 みそ汁	11 25 (木)	午前		7倍がゆ→全がゆ たら野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	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 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ
19 (金)	午前		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 さつま芋煮 みそ汁	12 26 (金)	午前		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 じゃが芋煮 キャベたまスープ
	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
6 20 (土)	午前			13 (土)	午前		
	午後				午後		

*離乳食に使用している食材
 たらー北海道産 鮭ー北海道産
 かじきー和歌山県産
 くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

今月のくだもの
 夏みかん、バナナ、りんご、メロン

2023年度 5月 離乳食予定献立表

		3回食(9~11か月)	完了前期食(12~14か月)			3回食(9~11か月)	完了前期食(12~14か月)
1 15 29 (月)	午前	全がゆ→軟飯 たらキャベツ煮 かぼちゃ煮 すまし汁	軟飯 すまし汁 かじぎ玉ねぎソース ごぼう揚げ キャベツごま和え	8 22 (月)	午前	全がゆ→軟飯 肉じゃが煮 ココロきゅうり みそ汁	グリーンピースごはん みそ汁 じゃが芋焼きコロッケ きゅうりピクルス
	午後	全がゆ→おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	チキンピラフおにぎり クラッカー くだもの		午後	全がゆ→きなこおはぎ たら野菜煮 くだもの 野菜スープ	きなこおはぎ ゆでさつま芋 くだもの
2 16 30 (火)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐野菜煮 かぶ煮 おかひじきスープ	中華おこわ(2,15日) 麻婆豆腐丼(30日) 春雨サラダ おかひじきスープ	9 23 (火)	午前	全がゆ→軟飯 しらす野菜煮 にんじん煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 あじのから揚げ にんじんおかか和え ゆかり和え
	午後	全がゆ→トースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	かぶと春巻き(2日) ハッシュドポテト(15,30) せんべい くだもの		午後	ミルクトースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	ラスク いりこ くだもの
17 31 (水)	午前	全がゆ→軟飯 しらす野菜煮 かぶ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 鶏肉の磯辺揚げ かぶの浅漬け 切干大根煮	10 24 (水)	午前	全がゆ→軟飯 春キャベツハンバーグ アスパラ煮 みそ汁	わかめ軟飯 みそ汁 春キャベツハンバーグ じゃが芋とアスパラのソ テー
	午後	全がゆ→おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	ジャムサンド クラッカー くだもの		午後	納豆うどん くだもの 野菜スープ	冷やし野菜うどん せんべい くだもの
18 (木)	午前	鮭と小松菜の混ぜ軟飯 じゃが芋そぼろあん みそ汁	鮭と小松菜の混ぜ軟飯 じゃが芋のそぼろあん みそ汁	11 25 (木)	午前	全がゆ→軟飯 たら野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 さわらのごま照り焼き ひじき煮 おかか和え
	午後	マカロニきなこ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	マカロニきなこ 煮豆 くだもの		午後	全がゆ→ツナおにぎり 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	茶飯おにぎり(ツナ) 野菜スティック くだもの
19 (金)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐つくね野菜あん さつま芋煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 ボークチャップ じゃこサラダ	12 26 (金)	午前	全がゆ→軟飯 納豆野菜煮 じゃが芋煮 キャベたまスープ	カレーライス 春野菜ピクルス キャベたまスープ
	午後	全がゆ→トースト しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	黒糖みそ蒸しパン レーズン くだもの		午後	全がゆ→トースト おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	そら豆おにぎり クラッカー くだもの
6 20 (土)	午前			13 (土)	午前		
	午後				午後		

*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、かじぎ—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。

☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。

☆この他に野菜スティックが付きます。

☆午後食には野菜スープが付きます。

今月のくだもの

夏みかん、バナナ、りんご、メロン