

# 5月 離乳食献立予定

令和5年度

こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後おやつ		
1	月	ラーメン ごま塩きゅうり ミニ春巻き オレンジ ◎牛乳 クッキー ○豆乳 せんべい	豆腐と野菜の柔か煮 春雨と野菜の煮物 やわらかスティックきゅうり キャベツスープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	豆腐と野菜の柔か煮 春雨と野菜の煮物 とうろきゅうり キャベツスープ 5倍粥	豆腐のペースト とうろきゅうり キャベツとたまねぎのペースト キャベツスープ 10倍粥
2	火	白身魚のソフト揚げ コールスローサラダ クリームシチュー パナナ ◎牛乳 りんご ○飲むヨーグルト ビスケット	煮魚 キャベツの煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 キャベツの煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
6	土	◎牛乳 せんべい ○りんごジュース クラッカー			
8	月	肉うどん ほうれん草のおかか和え ウィンナー オレンジ◎牛乳 コーンフレーク ○牛乳 フライドポテト	煮込みうどん 豆腐煮 ほうれん草と人参のしらす和え 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮込みうどん 豆腐煮 ほうれん草と人参の柔か煮 5倍粥	豆腐のペースト ほうれん草と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
9	火	鮭のホイル蒸し ブロッコリーのお浸し 豆腐の味噌汁 パイン ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 トースト	鮭のホイル蒸し ブロッコリーと人参の柔か煮 豆腐の味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 りんご	ほぐし鮭 ブロッコリーと人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	鮭のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
10	水	肉じゃが ぼりぼりごぼう キャベツスープ いちご ◎牛乳 サンドビスケット ○お茶 ホワイトボンチ	鶏そぼろの野菜煮 スティック人参 キャベツのスープ 軟飯~全粥 ○お茶 いちご	鶏そぼろの野菜煮 キャベツの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト じゃが芋と人参のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
11	木	ポークカレー キャベツサラダ オレンジ ◎牛乳 ソフトあられ ○牛乳 せんべい	煮魚 スティック人参 キャベツのスープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 キャベツの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト 野菜スープ 10倍粥
12	金	焼き鯖 ゆでブロッコリー 切り干し大根の煮物 油揚げの味噌汁 パナナ ◎牛乳 赤ちゃんせんべい ○牛乳 カップケーキ	白身魚のムニエル 切り干し大根の柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 切り干し大根の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
13	土	◎牛乳 ビスケット ○オレンジジュース せんべい			
15	月	焼きそば ししゃも ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ オレンジ ◎牛乳 りんご ○牛乳 ツナトースト	煮魚 野菜の柔か煮 ゆでブロッコリー 小松菜のスープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 野菜の柔か煮 柔かブロッコリー 小松菜の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーと人参のペースト 小松菜のスープ 10倍粥
16	火	ハヤシライス ブロッコリーサラダ パナナ ◎ジュース 米菓子 ○飲むヨーグルト ビスケット	ササミのトマト煮 マッシュポテト ブロッコリーと人参のバター煮 コンソメスープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	ササミの柔らか煮 マッシュポテト ブロッコリーと人参の旨煮 野菜スープ 5倍粥	ササミのペースト 野菜スープ じゃが芋と人参のペースト ブロッコリーのペースト 10倍粥
17	水	カレーピラフ 鶏の竜田揚げ スパZONE コロコロサラダ 野菜スープ パイン ◎りんごジュース ○フルーツプリン	野菜リゾット 鶏肉と野菜の煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜とスパゲティのスープ 軟飯~全粥 ○お茶 いちご	野菜リゾット ささみと野菜の煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 玉ねぎのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
18	木	豆腐のふわふわ揚げ ごぼうのきんぴら いんげんのおかか和え キャベツの味噌汁 いちご ◎牛乳 せんべい ○牛乳 スナッPEndウ	煮魚 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 いちご	煮魚 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	金	豆腐ハンバーグ レタスサラダ じゃがいものコンソメスープ チーズ パナナ ◎牛乳 ロールパン ○牛乳 フルーツゼリー	豆腐の野菜あんかけ キャベツの柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	豆腐の野菜あんかけ キャベツの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 人参とキャベツのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 10倍粥
20	土	◎牛乳 クラッカー ○りんごジュース サブレ			
22	月	ミートスパゲティ 野菜サラダ 豆乳スープ パイン ◎牛乳 レーズンパン ○牛乳 じゃが餅	鶏肉と野菜の煮物 とうろきゅうり じゃがいもの味噌汁 軟飯~全粥 ○お茶 りんご	鶏肉と野菜の柔か煮 とうろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト キャベツと人参のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
23	火	白身魚のフライ 伴三条 小松菜の味噌汁 パナナ ◎牛乳 ソフトあられ ○牛乳 パターサンド	白身魚のムニエル 切り干し大根の柔か煮 小松菜の柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 切り干し大根の柔か煮 小松菜の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ 10倍粥
24	水	キッズマーボー チーズ ブロッコリーの中華揚げ ほうれん草のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 クラッカー ○お茶 フルーツヨーグルト	豆腐の鶏そぼろあんかけ ブロッコリー煮 ほうれん草のすまし汁 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	豆腐の鶏そぼろあんかけ ブロッコリー煮 ほうれん草のすまし汁 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト かぼちゃのペースト 小松菜と玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
25	木	鶏ささみのレモン煮 きゅうりの即席漬 青のりポテト キャベツの味噌汁 パイン ◎牛乳 パナナ ○豆乳 ホットケーキ	鶏ささみのうま煮 じゃがいもの煮物 わかめのすまし汁 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	鶏ささみのうま煮 キャベツと根野菜の煮物 野菜スープ 5倍粥	ささみとじゃがいものペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
26	金	鮭のバター焼き ブロッコリーの和え物 野菜のコンソメスープ オレンジ ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 パームクーヘン	煮魚 ブロッコリーの和え物 人参の柔か煮 野菜スープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 ブロッコリーの煮物 人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚ペースト ブロッコリーのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
27	土	◎牛乳 せんべい ○オレンジジュース あられ			
29	月	にゅうめん ウィンナー ゆで野菜 パナナ ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 おからケーキ	にゅうめん 豆腐煮 じゃが芋とえんどうのやわらか煮 軟飯~全粥 ○お茶 パナナ	にゅうめん 豆腐煮 じゃが芋とえんどうのやわらか煮 5倍粥	豆腐のペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
30	火	水餃子 ホイル野菜 中華スープ オレンジ ◎牛乳 パナナ ○牛乳 カップケーキ	豆腐と野菜の煮物 柔かきゅうり 玉ねぎスープ 軟飯~全粥 ○お茶 オレンジ	豆腐と野菜の煮物 とうろきゅうり 玉ねぎと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	豆腐とキャベツのペースト とうろきゅうり 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
31	水	マカロニグラタン ゆでブロッコリー キャベツのコンソメスープ パイン ◎牛乳 ポーロ ○豆乳 ビスケット	マカロニと鶏肉の柔か煮 ブロッコリーの柔か煮 キャベツのコンソメスープ 軟飯~全粥 ○りんご	ささ身の柔か煮 ブロッコリーの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	ささ身のペースト ほうれん草と玉ねぎのペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥

発達の段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。