

## 5月の離乳食献立表

日	曜日	初期食	中期食	後期食	午後食(おやつ)
1	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁 めんたいの煮物 スティック人参・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 めんたいの塩焼き スティック人参・桃のコンポート	豆乳パンケーキ
2	火	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ほうれん草のペースト	お粥 すまし汁 やわらかシウマイ ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁 シウマイ ほうれん草のお浸し・バナナ	お米せんべい
3	水	憲法記念日			
4	木	みどりの日			
5	金	こどもの日			
6	土	すりつぶし粥 野菜スープ ほうれん草のペースト 人参のペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	トマトカップケーキ
8	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 大根のペースト	お粥 味噌汁(大根) 豚肉団子の煮物 スティック人参・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(大根) 豚肉団子の煮物 マッシュ大豆と人参の和え物・桃のコンポート	塩おむすび
9	火	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁 めんたいの煮付け キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 かき玉汁 めんたいの竜田揚げ キャベツのお浸し・ネーブル	ビスケット
10	水	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(豆腐) じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し	軟飯 味噌汁(豆腐) 肉じゃが ほうれん草のお浸し	バナナ
11	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁 めんたいの煮付け ブロッコリーの柔らか煮・バナナ	軟飯 すまし汁 めんたいの照り焼き ブロッコリーのお浸し・バナナ	煮豆
12	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 豆腐のそぼろあんかけ ほうれん草の煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁(キャベツ) 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の胡麻和え・ネーブル	お米せんべい
13	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト キャベツのペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) バナナ	おからぼうろ
15	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 人参のペースト	お粥 コンソメスープ さけの煮付け ひじきのお焼き・ネーブル	軟飯 コンソメスープ さけのバター焼き ひじきのお焼き・ネーブル	人参蒸しパン
16	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 大根のペースト	お粥 すまし汁(大根) 豆腐のまり煮 スティックじゃが芋・バナナ	軟飯 すまし汁(大根) 豆腐のまりあげ スティックじゃが芋・バナナ	ビスケット
17	水	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁 赤魚の煮付け スティック人参・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 赤魚の煮付け スティック人参の胡麻和え・桃のコンポート	塩おむすび
18	木	お弁当			ひじきクッキー
19	金	お弁当			きな粉パンケーキ
20	土	お弁当			ビスケット
22	月	お弁当			マカロニのあべかわ
23	火	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト じゃが芋のペースト	お粥 ポトフ(玉葱・人参・じゃが芋・豚肉団子) マカロニのクリーム煮 バナナ	軟飯 カレー(玉葱・人参・じゃが芋・豚肉団子) マカロニのクリーム煮 バナナ	クッキー
24	水	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(南瓜) さけの煮付け スティック人参・ネーブル	軟飯 味噌汁(南瓜) さけのフライ スティック人参・ネーブル	蒸しパン
25	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁(もずく) 煮込みハンバーグ ブロッコリーの煮浸し	軟飯 すまし汁(もずく) ハンバーグ ブロッコリーのお浸し	バナナ
26	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 鶏肉団子の煮物 ひじきのお焼き・バナナ	軟飯 味噌汁(キャベツ) 鶏肉団子の甘辛煮 ひじきのお焼き・バナナ	青菜おむすび
27	土	すりつぶし粥 野菜スープ なすのペースト 人参のペースト	そぼろあんかけうどん(玉葱・人参・キャベツ・なす・豚ミンチ) ネーブル	そぼろあんかけうどん(玉葱・人参・キャベツ・なす・豚ミンチ) ネーブル	豆腐ケーキ
29	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 鶏肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 鶏肉団子の甘辛煮 ほうれん草の胡麻和え・桃のコンポート	おからドーナツ
30	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 人参のペースト	お粥 コンソメスープ 豚肉団子のトマト煮 スティック人参・バナナ	軟飯 コンソメスープ 大豆入り豚肉団子のトマト煮 スティック人参・バナナ	さけおむすび
31	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁 鶏肉団子と野菜の煮物 キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁 鶏肉団子の野菜あんかけ(揚) キャベツのお浸し・ネーブル	バタートースト

◎発達に合わせて、材料、調理法、量、味を変えています。

◎初期食の食材は、変わることがあります。

◎食事とおやつ後にミルクを飲みます。