

## 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	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 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え・桃のコンポート	人参蒸しパン
2	木	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁(切干大根) やわらかシウマイ ブロッコリーの煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁(切干大根) シウマイ ブロッコリーのお浸し・バナナ	お米せんべい
7	火	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 ミネストローネ風(玉葱・人参・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮 ネーブル	軟飯 ハッシュドビーフ(玉葱・人参・鶏肉団子) マカロニのクリーム煮 ネーブル	豆乳パンケーキ
8	水	すりつぶし粥 野菜スープ ほうれん草のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁 赤魚の煮付け キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 かき玉汁 赤魚の竜田揚げ キャベツのお浸し・バナナ	塩おむすび
9	木	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの柔らか煮・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 凍り豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・桃のコンポート	きな粉ラスク
10	金	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 すまし汁(もずく) さけの味噌煮 スティックじゃが芋・バナナ	軟飯 すまし汁(もずく) さけの西京焼き スティックじゃが芋・バナナ	蒸しパン
11	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) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) ネーブル	おからぼうろ
13	月	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 味噌汁(大根) たらの煮付け ひじきのお焼き・バナナ	軟飯 味噌汁(大根) たらの照り焼き ひじきのお焼き・バナナ	お米せんべい
14	火	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・ネーブル	軟飯 すまし汁 豚肉団子の煮物 マッシュ大豆と人参の和え物・ネーブル	じゃが芋パンデケーキ
15	水	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 赤魚の煮付け ブロッコリーの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 赤魚の煮付け ブロッコリーの胡麻和え・桃のコンポート	塩おむすび
16	木	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 すまし汁 豆腐のまり煮 ほうれん草の煮浸し	軟飯 すまし汁 まりあげ ほうれん草のお浸し	バナナ
17	金	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(豆腐) 鶏肉団子の煮物 スティック人参・ネーブル	軟飯 味噌汁(豆腐) 鶏肉団子の甘辛煮 スティック人参・ネーブル	ビスケット
18	土	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト 人参のペースト	お粥 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	きな粉クッキー
20	月	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 中華スープ 豆腐のそぼろ煮 ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 ブロッコリーのお浸し・ネーブル	蒸しパン
21	火	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁(南瓜) さけの煮付け ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(南瓜) さけのフライ ほうれん草のお浸し・バナナ	青菜おむすび
22	水	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト キャベツのペースト	お粥 すまし汁(大根) 煮込みハンバーグ キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 すまし汁(大根) ハンバーグ キャベツのお浸し・ネーブル	きな粉パンケーキ
23	木	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 ほうれん草のお浸し・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	煮豆
24	金	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 味噌汁(じゃが芋) たらの煮物 スティック大根・バナナ	軟飯 味噌汁(じゃが芋) たらの塩焼き スティック大根・バナナ	ビスケット
25	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) ネーブル	軟飯 煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) ネーブル	トマトカップケーキ
27	月	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 コンソメスープ 豚肉団子の煮物 キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 コンソメスープ 豚肉団子の煮物 キャベツのお浸し・バナナ	バターラスク
28	火	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁 豆腐のそぼろあんかけ スティック人参・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 豆腐のそぼろ煮 スティック人参・桃のコンポート	マカロニのあべかわ
29	水	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) 赤魚の煮付け 粉ふき芋・ネーブル	軟飯 味噌汁(キャベツ) 赤魚の野菜あんかけ(揚) 粉ふき芋・ネーブル	ひじきクッキー
30	木	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 すまし汁(大根) 鶏肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁(大根) 大豆入り鶏肉団子の煮物 ほうれん草の胡麻和え・バナナ	さけおむすび
31	金	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 たらと野菜の煮物 ブロッコリーの柔らか煮・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 たらと野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・桃のコンポート	小豆マフィン

◎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。