

離乳食予定献立表

NO.1

2014年
5月



日	曜日	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
1	木	10倍粥 かぼちゃ豆腐 きゅうり煮	全粥 かぼちゃ豆腐 きゅうり煮	全粥 鶏と南瓜ミルク煮 スティック胡瓜	軟飯~ご飯 チキンの香り焼き かぼちゃサラダ 豆苗の味噌汁	ぼーぼー パンダ乳又はミルク
2	金	キャベツ粥 豆腐のすり流し とろとろポテト	キャベツ粥 豆腐煮 マッシュポテト	チキンライス ポテトスティック 野菜スープ	チキンライス フライドポテト 野菜スープ 黄桃	クラッカー アイスクリーム 麦茶又はミルク
3	土	10倍粥 にんじん豆腐 とろとろそうめん	全粥 にんじん豆腐 とろとろそうめん	全粥 豆腐のピカタ 野菜スティック そうめんの味噌汁	三色丼 スティック胡瓜 そうめんの味噌汁 黄桃	ホットケーキ パンダ乳又はミルク
7	水	かぼちゃ粥 麩のとろとろ煮 にんじんりんご煮	かぼちゃ粥 麩のやわらか煮 にんじんりんご煮	豚肉と野菜のキャップライス 麩のすまし汁 かぼちゃ煮	カレーライス 麩とねぎのすまし汁 とうもろこし スティックチーズ	赤ちゃんせんべい 豆乳又はミルク
8	木	10倍粥 にんじん豆腐 とろとろそうめん	全粥 にんじん豆腐 とろとろそうめん	全粥 豆腐のそぼろ煮 野菜そうめん	軟飯~ご飯 和風ハバーグ ゴーヤーチャンプルー そうめんの味噌汁 オレンジゼリー	もずくのひらやーちー パンダ乳又はミルク
9	金	10倍粥 魚とほうれん草煮 さつま芋煮	全粥 魚とほうれん草煮 さつま芋煮	全粥 魚とほうれん草煮 さつま芋煮 とろろ昆布汁	軟飯~ご飯 魚の味噌マヨ焼き 青菜のごまサラダ とろろ昆布汁 パイン	いもドーナツ パンダ乳又はミルク
10	土	野菜そうめん マッシュバナナ	野菜そうめん マッシュバナナ	ソーメンタシヤー 角切りバナナ	ソーメンタシヤー 飲むヨーグルト スライスバナナ	/
12	月	しいたけの香り粥 豆腐のすり流し りんごおろし煮	しいたけの香り粥 豆腐の野菜煮 りんご煮	全粥 麻婆豆腐風煮 胡瓜とわかめの酢の物 麩のすまし汁	軟飯~ご飯 麻婆豆腐 胡瓜とわかめの酢の物 かき卵汁	クラッカー パンダ乳又はミルク りんご
13	火	青菜粥 麩のとろとろ煮 とろとろポテト	青菜粥 麩とキャベツ煮 マッシュポテト	全粥 さわらの煮つけ じゃが芋炒め煮 小松菜の味噌汁	軟飯~ご飯 さわらの照焼 き じゃが芋炒め 小松菜の味噌汁 オレンジ	キャベツマフィン 麦茶又はミルク
14	水	10倍粥 かぼちゃ豆腐 にんじん煮	全粥 かぼちゃ豆腐 玉葱とにんじん煮	鶏ぞうすい かぼちゃ煮 もやしの味噌汁	たけのこご飯 南瓜のもずくあんかけ もやしの味噌汁 黄桃	クリームパン 豆乳又はミルク
15	木	おべんとう				マーブルケーキ 麦茶又はミルク メロン
16	金	10倍粥 青菜豆腐 にんじん煮	全粥 青菜豆腐 にんじん煮	沖縄そば 豆腐と野菜煮	沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト	鮭おにぎり 麦茶又はミルク
17	土	トマト粥	トマト粥	大豆ごはん トマト	大豆ごはん りんごカルゲン トマト	/
19	月	にんじん粥 豆腐のすり流し 大根おろし煮	にんじん粥 ゆし豆腐 大根くす煮	ひじきぞうすい ゆし豆腐 野菜スティック 角切りバナナ	もずく丼 ゆし豆腐 大根のレモン漬け スライスバナナ	プリン クラッカー パンダ乳又はミルク
20	火	10倍粥 魚とポテト煮 人参りんご煮	全粥 魚とポテト煮 人参りんご煮	全粥 魚のチーズ焼き マセドアンサラダ アーサ汁	軟飯~ご飯 魚のピザ焼 マセドアンサラダ アーサ汁	冷やしぜんざい りんご

日	曜日	初期（5～6ヶ月頃）	中期（7～8ヶ月頃）	後期（9～11ヶ月頃）	完了期（12～18ヶ月頃）	完了期 午後おやつ
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ	
21	水	10倍粥 かぼちゃ豆腐 きゅうり煮	全粥 かぼちゃ豆腐 きゅうり煮	全粥 鶏と南瓜のクリーム煮 ナムル風 コーンスープ	軟飯～ご飯 鶏の唐揚げ 拌三絲 コーンスープ パイ	もずくパン ブルー パンダ乳又はミルク
22	木	10倍粥 白身魚煮 かぼちゃ煮	全粥 魚と野菜煮 かぼちゃ煮	全粥 白身魚煮 春野菜炒め煮 かぼちゃの味噌汁	軟飯～ご飯 魚のごまダシ焼き 春野菜炒め かぼちゃの味噌汁	ハニートースト パンダ乳又はミルク オレンジ
23	金	ブロッコリー粥 豆腐のすり流し マッシュバナナ	ブロッコリー粥 にんじん豆腐 マッシュバナナ	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ レタススープ 角切りバナナ	スパゲティミートソース ブロッコリーサラダ レタススープ スライスバナナ	味噌おにぎり 麦茶又はミルク
24	土	にんじん粥	にんじん粥	ひじきそうすい	昆布ご飯 豆乳又はミルク	
26	月	トマト粥 豆腐のすり流し たまねぎ煮	トマト粥 ささみポテト煮 たまねぎ人参煮	トマトチーズ粥 マッシュポテト コンソメスープ	タコライス マッシュポテト コンソメスープ 甘夏	さつまいもポーロ パンダ乳又はミルク
27	火	10倍粥 にんじん豆腐 きゅうり煮	全粥 豆腐の野菜あんかけ きゅうり煮	全粥 豆腐の野菜あんかけ スティック胡瓜 麩のすまし汁	軟飯～ご飯 豆腐のカレーあんかけ もずく和え 麩の清まし汁 黄桃	くずもち パンダ乳又はミルク
28	水	10倍粥 魚とにんじん煮 とろとろポテト	全粥 マッシュポテト 魚のにんじん煮	全粥 白身魚のムニエル じゃが芋ソテー 青梗菜とI片の味噌汁	軟飯～ご飯 白身魚のチーズ揚げ くーびりちー 青梗菜とI片の味噌汁	ビスコ りんご 麦茶又はミルク
29	木	10倍粥 豆腐のすり流し さつま芋煮	全粥 にんじん豆腐 さつま芋煮	全粥 松風焼 人参しりしりー そうめん汁	軟飯～ご飯 松風焼 人参しりしりー そうめん汁	スイートポテト パンダ乳又はミルク
30	金	10倍粥 魚のｺｰｸﾘｰﾑ煮 根菜煮	全粥 魚のｺｰｸﾘｰﾑ煮 やさいミルク煮	ロールパン 魚のｺｰｸﾘｰﾑ煮 ホワイトシチュー スティック胡瓜	ロールパン 魚の黄金焼き スティック胡瓜 ホワイトシチュー スライスバナナ	もずくじゅーしー 麦茶又はミルク
31	土	にんじん粥	にんじん粥	人参チーズ粥	まぜまぜご飯 豆乳又はミルク	

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

2014年
5月

No.1

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
1	木	精白米 かぼちゃ 胡瓜 片栗粉	精白米 かぼちゃ 豆腐 胡瓜	精白米 鶏もも肉 南瓜 マカロニ しめじ 牛乳 片栗粉 胡瓜	精白米 鶏もも肉 にんにく 薄力粉 油 南瓜 マカロニ 胡瓜 ハム マヨネーズ 豆苗 しめじ えのき 味噌 ホットケーキ粉 薄力粉 卵 炭酸水 黒砂糖粉 牛乳 パンダ乳
2	金	精白米 キャベツ 豆腐 片栗粉 じゃがいも	精白米 キャベツ 豆腐 じゃがいも	精白米 鶏ささ身 玉葱 人参 じゃがいも キャベツ 玉葱 大豆 しめじ 片栗粉 ケチャップ	精白米 鶏もも肉 玉葱 人参 ピーマン 油 卵 ケチャップ じゃが芋 キャベツ 玉葱 大豆 しめじ 片栗粉 黄桃 クラッカー プリン
7	水	精白米 かぼちゃ 麩 人参 りんご 片栗粉	精白米 かぼちゃ 麩 人参 りんご 片栗粉	精白米 人参 じゃが芋 玉葱 豚肩ロース ケチャップ 麩 かぼちゃ	精白米 豚肩ロース 人参 じゃが芋 南瓜 玉葱 油 りんご グリンピース 薄力粉 バター 麩 ねぎ とうもろこし ウスターソース カレールウ カレー粉 赤ちゃんせんべい 豆乳
8	木	精白米 豆腐 人参 そうめん	精白米 豆腐 人参 そうめん 片栗粉	精白米 豆腐 鶏挽肉 玉葱 三温糖 そうめん 人参 もやし しめじ 片栗粉	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 パン粉 J-ヤ 人参 もやし 卵 そうめん しめじ ねぎ 味噌 オレンジゼリー 薄力粉 牛乳 もずく ツナ ニラ パンダ乳
9	金	精白米 メルルーサ ほうれん草 さつまいも	精白米 メルルーサ ほうれん草 さつまいも	精白米 メルルーサ ほうれん草 さつまいも とろろ昆布	精白米 メルルーサ 薄力粉 油 マヨネーズ 味噌 ほうれん草 胡瓜 えのき ハム 三温糖 ごま とろろ昆布 ねぎ バイン さつまいも かつね粉 パンダ乳
10	土	そうめん 人参 キャベツ パナナ	そうめん 人参 キャベツ パナナ	そうめん ツナ 人参 キャベツ ねぎ パナナ	そうめん ツナ 人参 キャベツ ねぎ 油 飲むヨーグルト パナナ
12	月	精白米 豆腐 片栗粉 りんご	精白米 豆腐 玉葱 人参 片栗粉 りんご	精白米 豆腐 玉葱 人参 片栗粉 りんご	精白米 豆腐 豚挽肉 干椎茸 長ネギ 人参 油 味噌 胡瓜 トマト わかめ しらす 三温糖 卵 ねぎ 片栗粉 クラッカー パンダ乳 りんご
13	火	精白米 小松菜 麩 じゃがいも	精白米 小松菜 キャベツ 麩 じゃがいも	精白米 さわら じゃが芋 豚肩ロース 人参 なら 油 小松菜 油揚げ 味噌	精白米 さわら 生姜 油 じゃが芋 豚肩ロース 人参 にんにく なら 小松菜 油揚げ 味噌 オレンジ キャベツ ホットケーキ粉 卵 チーズ ウィンナー マヨネーズ 牛乳
14	水	精白米 かぼちゃ 豆腐 人参	精白米 かぼちゃ 玉葱 人参	精白米 鶏もも肉 人参 ねぎ 南瓜 もやし 厚揚げ 味噌	精白米 人参 たけのこ 鶏もも肉 みつば 南瓜 豚挽肉 玉葱 もずく 三温糖 もやし 厚揚げ 片栗粉 味噌 黄桃 クリームパン 豆乳
15	木	おべんとう			薄力粉 ベーキングパウダー スキムミルク 卵 上白糖 バター ココアパウダー
16	金	精白米 豆腐 ほうれん草 人参	精白米 豆腐 ほうれん草 人参	沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 ほうれん草 人参 油	沖縄そば 人参 玉葱 ねぎ 豆腐 胡瓜 ほうれん 草 人参 ツナ 三温糖 固形ヨーグルト 精白米 鮭 からし菜
17	土	精白米 トマト	精白米 トマト	精白米 大豆 ひじき 人参 なら トマト	精白米 大豆 ひじき 人参 なら トマト りんごカルゲン
19	月	精白米 人参 豆腐 片栗粉 大根	精白米 人参 豆腐 大根 片栗粉	精白米 ひじき 豚挽肉 人参 豆腐 味噌 胡瓜 大根 パナナ	精白米 もずく 豚挽肉 ピーマン 卵 人参 生姜 豆腐 ねぎ 味噌 大根 胡瓜 レモン パナナ プ リン クラッカー パンダ乳
20	火	精白米 キング じゃが芋 人参 りんご 片栗粉	精白米 キング じゃが芋 人参 りんご 片栗粉	精白米 キング 薄力粉 油 チーズ じゃが芋 胡瓜 人参 マヨネーズ アーサ ねぎ	精白米 キング 玉葱 ベーコン ピザソース ケチャップ 油 チーズ じゃが芋 胡瓜 人参 コーン マヨネーズ アーサ 竹輪 ねぎ 金時豆 黒糖 押麦 りんご

日	曜日	食 材			
		ペースト状	舌でつぶせるかたさ	歯茎でつぶせるかたさ	歯茎でかめるかたさ
21	水	精白米 かぼちゃ 豆腐 胡瓜 片栗粉	精白米 かぼちゃ 豆腐 胡瓜	精白米 鶏ささ身 南瓜 牛乳 片栗粉 春雨 胡瓜 もやし 人参 ごま コー ン ベーコン 油 パセリ	精白米 鶏もも肉 薄力粉 片栗粉 にんにく 生姜 春雨 胡瓜 もやし 人参 ごま 三温糖 コーン 玉葱 ベーコン パセリ パイン もずくパン ブルーベリー パンダ乳
22	木	精白米 ホキ かぼちゃ	精白米 ホキ 人参 キャベツ 片栗粉 かぼちゃ	精白米 ホキ キャベツ 人参 椎茸 油 かぼちゃ 油揚げ 味噌	精白米 ホキ 三温糖 ごま キャベツ たけのこ 人参 椎茸 ベーコン 油 南瓜 油揚げ 味噌 フランスパン はちみつ バター パンダ乳 オレンジ
23	金	精白米 豆腐 ブロッコリー 片栗粉 パナナ	精白米 豆腐 ブロッコリー 人参 パナナ	スパゲティ 合挽肉 豚レバー 玉 葱 人参 トマト ケチャップ バ ター ブロッコリー コーン キャ ベツ 胡瓜 レタス ベーコン し めじ パナナ	スパゲティ 合挽肉 豚レバー 玉葱 人参 トマト ケチャップ 油 ブロッコリー コーン キャベツ 胡瓜 三温糖 レタス ベーコン しめじ パナナ 精白米 ツナ 味噌 海苔
24	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 ひじき 人参	精白米 昆布 人参 油揚げ 油 豆乳
26	月	精白米 トマト 豆腐 片栗粉 玉葱	精白米 トマト 鶏ささ身 玉葱 人参 じゃがいも	精白米 トマト 鶏ささ身 チーズ じゃが芋 牛乳 バター パセリ 玉葱 人参 大豆 パン粉 片栗粉	精白米 合挽肉 玉葱 油 ケチャップ キャベツ トマト チーズ じゃが芋 牛乳 バター パセリ 人参 大豆 ベーコン パセリ 片栗粉 甘夏 さつま芋ポーロ パンダ乳
27	火	精白米 豆腐 人参 胡瓜 片栗粉	精白米 豆腐 人参 玉葱 胡瓜	精白米 豆腐 人参 玉葱 さやいんげん 豚挽肉 油 片栗粉 胡瓜 麩	精白米 豆腐 薄力粉 人参 豚挽肉 玉葱 しめじ さやいんげん 片栗粉 カレー粉 もずく 胡瓜 レモン 麩 ねぎ タピオカでん粉 きな粉 黒砂糖粉 パンダ乳
28	水	精白米 メルルーサ 人参 じゃがいも	精白米 メルルーサ 人参 じゃがいも	精白米 メルルーサ 薄力粉 油 じゃが芋 人参 豚肩ロース ニラ 青梗菜 えのき 味噌	精白米 メルルーサ 薄力粉 卵 粉チーズ パン粉 油 昆布 椎茸 こんにゃく 人参 たら 青梗菜 えのき 味噌 ビスコ りんご
29	木	精白米 豆腐 片栗粉 さつま芋	精白米 豆腐 人参 さつま芋	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 パン粉 卵 三温糖 味噌 ごま 人参 ピーマン そうめん しめじ みつ葉	精白米 鶏挽肉 豆腐 玉葱 油 パン粉 卵 三温 糖 味噌 ごま 人参 ピーマン そうめん しめじ みつ葉 さつま芋 バター 生クリーム 牛乳 パンダ乳
30	金	精白米 ホキ クリームコーン じゃが芋 人参	精白米 ホキ クリームコーン じゃが芋 人参 玉葱 牛乳	ロールパン ホキ クリームコーン じゃが芋 人参 鶏もも肉 玉葱 牛乳 パセリ 胡瓜	ロールパン ホキ 薄力粉 油 クリームコーン チーズ パセリ 胡瓜 じゃが芋 鶏もも肉 人参 玉葱 薄力粉 バター 牛乳 パセリ パナナ 精白米 もずく 椎茸 豚肩肉 ねぎ
31	土	精白米 人参	精白米 人参	精白米 人参 チーズ	精白米 ピーマン ウィンナー 人参 油 チーズ 豆乳

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。