



2023年 5月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根とツナの煮物 かぼちゃのヨーグルト和え みそ汁 (キャベツ)	そぼろあんかけ丼 大根とツナの煮物 かぼちゃのヨーグルト和え みそ汁 (キャベツ)	おかゆ にんじんペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん だいこん にんじん ツナ缶 かぼちゃ ヨーグルト キャベツ
	おやつ	野菜雑炊			米 ほうれんそう にんじん
2 (火)	昼食	おかゆ ササミの肉団子 (野菜あんかけ) じゃが芋と野菜の旨煮 かつおだし汁	おかゆ ササミの肉団子 (野菜あんかけ) じゃが芋と野菜の旨煮 かつおだし汁	おかゆ にんじんペースト じゃが芋とブロッコリーのペースト かつおだし汁	米 ささ身 にんじん たまねぎ じゃがいも にんじん ブロッコリー だし汁
	おやつ	さつまいものきなこ和え バナナ			さつまいも きな粉 バナナ
6 (土)	昼食	おかゆ 野菜の炒め煮 ほうれん草と豆腐の煮物 みそ汁 (大根)	おかゆ 野菜の炒め煮 ほうれん草と豆腐の煮物 みそ汁 (大根)	おかゆ キャベツペースト ほうれん草と豆腐のペースト かつおだし汁	米 豚肉 キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン ほうれんそう 豆腐 だいこん
	おやつ	にんじん粥 バナナ			米 にんじん バナナ
8 (月)	昼食	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの豆乳煮 大根とツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉とかぼちゃの豆乳煮 大根とツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ かぼちゃペースト だいこんペースト かつおだし汁	米 鶏肉 かぼちゃ たまねぎ ほうれんそう 豆乳 だいこん にんじん ツナ缶 だし汁
	おやつ	わかめ粥 みかん			米 わかめ みかん缶
9 (火)	昼食	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 マカロニと野菜のトマト煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ じゃがいものそぼろ煮 マカロニと野菜のトマト煮 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ にんじんペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも にんじん ビーマン マカロニ キャベツ たまねぎ トマト ほうれん草
	おやつ	食パンスティック 野菜スープ			食パン キャベツ たまねぎ にんじん
10 (水)	昼食	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 焼き豆腐とゆで野菜 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 キャベツのおかか煮 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ ほうれん草ペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 キング ほうれんそう たまねぎ にんじん 豆腐 キャベツ かつお節 とうがん
	おやつ	しらす粥 バナナ			おかゆ しらす バナナ
11 (木)	昼食	おかゆ 豆腐のそぼろあん かぼちゃと青菜の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のそぼろあん かぼちゃと青菜の煮物 野菜スープ	おかゆ 豆腐のつぶし煮 かぼちゃペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん かぼちゃ ほうれんそう キャベツ たまねぎ
	おやつ	煮込みうどん			うどん ささ身 ほうれんそう にんじん
12 (金)	昼食	おかゆ 白身魚とにんじんのコーンクリーム煮 大根と青菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とにんじんのコーンクリーム煮 大根と青菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とにんじんのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング にんじん クリームコーン だいこん ほうれんそう にんじん だし汁
	おやつ	野菜雑炊			米 キャベツ にんじん
13 (土)	昼食	おかゆ ササミの肉団子 (野菜あんかけ) さつまいもとほうれん草の豆乳煮 わかめスープ (玉ねぎ)	おかゆ ササミの肉団子 (野菜あんかけ) さつまいもとほうれん草の豆乳煮 わかめスープ (玉ねぎ)	おかゆ さつまいもペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 ささ身 にんじん たまねぎ ビーマン さつまいも ほうれんそう 豆乳 わかめ たまねぎ
	おやつ	ペビーせんべい バナナ			せんべい バナナ
15 (月)	昼食	おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツのだし煮 大根スープ	おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツのだし煮 大根スープ	おかゆ じゃがいものトマト煮ペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 マカロニ じゃがいも たまねぎ にんじん ビーマン トマト キャベツ にんじん 大根
	おやつ	一口おにぎり (じゃこおかか) みかん			米 しらす わかめ みかん缶
16 (火)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 レバーと豆腐の煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐の煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ にんじんペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん 豚レバー 豆腐 たまねぎ 冬瓜
	おやつ	青菜粥 りんごのおろし煮			米 ほうれん草 りんご
17 (水)	昼食	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 じゃがいもとなすのみそ煮 みそ汁 (こまつな)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 じゃがいもとなすのみそ煮 みそ汁 (こまつな)	おかゆ 白身魚のコーンクリームペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 キング クリームコーン たまねぎ にんじん 豚肉 じゃがいも なす たまねぎ にんじん ビーマン こまつな
	おやつ	ミルクトースト			食パン ミルク
18 (木)	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	しらす雑炊 バナナ			米 しらす干し ほうれんそう にんじん バナナ



2023年 5月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
19 (金)	昼食	おかゆ ササミの肉団子のトマト煮 さつまいもと大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ ササミの肉団子のトマト煮 さつまいもと大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白菜ペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 ささ身 はくさい にんじん トマト さつまいも だいこん だし汁
	おやつ	煮込みうどん			うどん (小袋) ツナ缶 だいこん にんじん ほうれんそう
20 (土)	昼食	おかゆ 魚のおろし煮 鶏じゃが煮 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 魚のおろし煮 鶏じゃが煮 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 魚のおろし煮ペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 キング だいこん 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん 大根
	おやつ	わかめ粥 バナナ			米 わかめ バナナ
22 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 ポテトサラダ みそ汁 (もずく) バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 マッシュポテトサラダ みそ汁 (もずく) バナナ (つぶし)	おかゆ にんじんペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん じゃがいも にんじん きゅうり もずく バナナ
	おやつ	ひじき粥 りんごのおろし煮			米 ひじき りんご
23 (火)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 ひじきと野菜の煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 キャベツのだし煮 みそ汁 (とうがん)	おかゆ かぼちゃペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ ひじき 豚肉 キャベツ にんじん 冬瓜
	おやつ	野菜雑炊 ヨーグルト			米 キャベツ にんじん ヨーグルト
24 (水)	昼食	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 大根とツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 大根とツナの煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ ツナ缶 だいこん にんじん いんげん だし汁
	おやつ	一口おにぎり (あおりの) みかん			米 青のり粉 みかん
25 (木)	昼食	おかゆ キャベツのとりみ煮 かぼちゃとひじきの煮物 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ キャベツのとりみ煮 かぼちゃマッシュ みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 野菜ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 ササミ キャベツ たまねぎ にんじん かぼちゃ ひじき 玉ねぎ
	おやつ	さつまいものきなこ和え りんごのおろし煮			さつまいも きなこ りんご
26 (金)	昼食	煮込みうどん さつまいもと豆腐の煮物 みかん	煮込みうどん さつまいもと豆腐の煮物 みかん	おかゆ にんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	うどん (小袋) ささ身 にんじん ほうれんそう たまねぎ 豆腐 さつまいも みかん
	おやつ	ポロポロジュシー			米 ひじき にんじん
27 (土)	昼食	おかゆ ササミの肉団子 (あんかけ) 大根とブロッコリーのとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ ササミの肉団子 (あんかけ) 大根と青菜のとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ ブロッコリーペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 ささ身 ひじき にんじん たまねぎ だいこん ブロッコリー ツナ缶 だし汁
	おやつ	しらす粥 バナナ			米 しらす バナナ
29 (月)	昼食	おかゆ 鶏じゃがトマト煮 ブロッコリーと大根のツナ煮 かつおだし汁	おかゆ 鶏じゃがトマト煮 ブロッコリーと大根のツナ煮 かつおだし汁	おかゆ ポテト・トマトペースト ブロッコリー・にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん トマト ブロッコリー だいこん ツナ缶 だし汁
	おやつ	ひじき粥 くだもの			米 ひじき バナナ
30 (火)	昼食	みそ煮込みうどん キャベツとしらす煮 りんごヨーグルト	みそ煮込みうどん キャベツとしらす煮 りんごヨーグルト	おかゆ キャベツ・にんじんペースト おろしりんご かつおだし汁	うどん (小袋) ささ身 たまねぎ にんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり にんじん しらす干し ヨーグルト りんご
	おやつ	野菜雑炊(わかめ)			米 キャベツ わかめ にんじん
31 (水)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 いり豆腐 みそ汁 (白菜)	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 いり豆腐 みそ汁 (白菜)	おかゆ かぼちゃペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ たまねぎ 豆腐 ほうれんそう にんじん 白菜
	おやつ	コーン粥 みかん			米 クリームコーン みかん缶

※ 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があります。

