



# 2024年 5月 離乳食 予定献立表

この花ナースリ ・ 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(水)  | 昼食  | おかゆ<br>豆腐と青菜のとろみ煮<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>みそ汁 (大根・わかめ)<br>バナナ (スライス) | おかゆ<br>豆腐と青菜のとろみ煮<br>かぼちゃのそぼろ煮<br>みそ汁 (大根・わかめ)<br>バナナ (つぶし) | おかゆ<br>豆腐のつぶし煮<br>かぼちゃペースト<br>かつおだし汁        | 米<br>豆腐 ほうれんそう にんじん<br>かぼちゃ 鶏むね肉<br>だいこん わかめ<br>バナナ            |
|       | おやつ | しらすおにぎり  |   |   | 米 しらす  |
| 2(木)  | 昼食  | おかゆ<br>白身魚とじゃがいもの煮物<br>大根の煮物<br>そうめん汁<br>みかん                 | おかゆ<br>白身魚とじゃがいもの煮物<br>大根の煮物<br>そうめん汁<br>みかん                | おかゆ<br>白身魚とポテトのペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>キング じゃがいも<br>だいこん にんじん いんげん<br>そうめん<br>みかん缶               |
|       | おやつ | 野菜雑炊   |   |   | 米 ほうれんそう にんじん  |
| 7(火)  | 昼食  | おかゆ<br>鶏肉じゃが<br>キャベツとしらすの煮物<br>かつおだし汁<br>バナナ (スライス)          | おかゆ<br>鶏肉じゃが<br>キャベツとしらすの煮物<br>かつおだし汁<br>バナナ (つぶし)          | おかゆ<br>じゃがいもペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁      | 米<br>鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん<br>キャベツ にんじん しらす干し<br>だし汁<br>バナナ       |
|       | おやつ | 雑炊 (わかめ・キャベツ)  |   |   | 米 わかめ キャベツ   |
| 8(水)  | 昼食  | おかゆ<br>豆腐のマーボー風<br>ゴーヤーと大根の煮物<br>かつおだし汁                      | おかゆ<br>豆腐のマーボー風<br>大根の煮物<br>かつおだし汁                          | おかゆ<br>豆腐のつぶし煮<br>大根・にんじんペースト<br>かつおだし汁     | 米<br>豆腐 鶏むね肉 たまねぎ ほうれんそう<br>にがうり だいこん にんじん ツナ缶<br>だし汁          |
|       | おやつ | ミルクトースト<br>みかん   |   |   | 食パン 育児用ミルク<br>みかん  |
| 9(木)  | 昼食  | おかゆ<br>白身魚とさつまいもの煮物<br>ひじきとキャベツの煮物<br>みそ汁 (大根)               | おかゆ<br>白身魚とさつまいもの煮物<br>キャベツのだし煮<br>みそ汁 (大根)                 | おかゆ<br>さつまいもペースト<br>キャベツ・にんじんペースト<br>かつおだし汁 | 米<br>キング さつまいも<br>ひじき 豚肉 キャベツ にんじん<br>だいこん                     |
|       | おやつ | 煮込みうどん   |   |   | うどん (小袋) 鶏むね肉 にんじん キャベツ  |
| 10(金) | 昼食  | そぼろあんかけ丼<br>白菜のおかか煮<br>みそ汁 (豆腐・ほうれん草)<br>バナナ (スライス)          | そぼろあんかけ丼<br>白菜のおかか煮<br>みそ汁 (豆腐・ほうれん草)<br>バナナ (つぶし)          | おかゆ<br>ほうれんそうペースト<br>豆腐のつぶし煮<br>かつおだし汁      | 米 鶏むね肉 たまねぎ ほうれんそう<br>はくさい きゅうり にんじん かつお節<br>豆腐 ほうれんそう<br>バナナ  |
|       | おやつ | おにぎり (わかめ)   |   |   | 米 わかめ キャベツ   |
| 11(土) | 昼食  | おかゆ<br>ツナと白菜のやわらか煮<br>じゃがいもと青菜の煮物<br>みそ汁 (玉ねぎ)               | おかゆ<br>ツナと白菜のやわらか煮<br>じゃがいもと青菜の煮物<br>みそ汁 (玉ねぎ)              | おかゆ<br>白菜・にんじんペースト<br>じゃがいもペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>ツナ缶 はくさい たまねぎ にんじん<br>じゃがいも ほうれんそう<br>たまねぎ                |
|       | おやつ | バナナ<br>せんべい  |   |   | バナナ<br>せんべい  |
| 13(月) | 昼食  | そぼろあんかけ丼<br>ポテトサラダ<br>みそ汁 (もずく)<br>バナナ (スライス)                | そぼろあんかけ丼<br>マッシュポテトサラダ<br>かつおだし汁<br>バナナ (つぶし)               | おかゆ<br>にんじんペースト<br>ポテトペースト<br>かつおだし汁        | 米 鶏むね肉 たまねぎ にんじん<br>じゃがいも にんじん きゅうり<br>もずく<br>バナナ              |
|       | おやつ | わかめ粥   |   |   | 米 わかめ  |
| 14(火) | 昼食  | おかゆ<br>鶏肉と大根の煮物<br>レバーと豆腐の煮物<br>みそ汁 (とうがん)                   | おかゆ<br>鶏肉と大根の煮物<br>豆腐の煮物<br>みそ汁 (とうがん)                      | おかゆ<br>大根ペースト<br>豆腐のつぶし煮<br>かつおだし汁          | 米<br>鶏肉 だいこん にんじん いんげん<br>豚レバー 豆腐 たまねぎ<br>とうがん                 |
|       | おやつ | 野菜雑炊   |   |   | おかゆ キャベツ にんじん  |
| 15(水) | 昼食  | おかゆ<br>白身魚のコーンクリーム煮<br>キャベツの煮物<br>みそ汁 (じゃがいも・こまつな)           | おかゆ<br>白身魚のコーンクリーム煮<br>キャベツの煮物<br>みそ汁 (じゃがいも・こまつな)          | おかゆ<br>白身魚とポテトのペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>キング クリームコーン たまねぎ にんじん<br>豚肉 キャベツ にんじん ピーマン<br>じゃがいも こまつな  |
|       | おやつ | ミルクトースト  |   |   | 食パン 育児用ミルク   |
| 16(木) | 昼食  | ☆ お誕生会 (お弁当) ☆   |   |   |  |
|       | おやつ | しらす雑炊<br>バナナ   |   |   | おかゆ しらす干し ほうれんそう にんじん<br>バナナ                                   |
| 17(金) | 昼食  | 煮込みうどん<br>さつまいものお焼き<br>ヨーグルト                                 | 煮込みうどん<br>さつまいもの甘煮<br>ヨーグルト                                 | おかゆ<br>にんじんペースト<br>さつまいもペースト<br>かつおだし汁      | うどん (小袋) 鶏肉 にんじん ほうれんそう たまねぎ<br>さつまいも こまつな<br>ヨーグルト (粉)<br>だし汁 |
|       | おやつ | ポロポロジュシー   |   |   | 米 ひじき にんじん   |
| 18(土) | 昼食  | おかゆ<br>魚のおろし煮<br>鶏じゃが煮<br>みそ汁 (ほうれん草)                        | おかゆ<br>魚のおろし煮<br>鶏じゃが煮<br>みそ汁 (ほうれん草)                       | おかゆ<br>魚のおろし煮ペースト<br>ポテト・にんじんペースト<br>かつおだし汁 | 米<br>キング だいこん<br>鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん<br>ほうれんそう             |
|       | おやつ | 焼きいも (一口カット)   |   |   | さつまいも  |

※ 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。



# 2024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  |
|-------|-----|--|---|---|---|
| 20(月) | 昼食  | トマトスパゲティ<br>食パン<br>キャベツのコーンクリーム煮<br>大根スープ              | トマトスパゲティ<br>かぼちゃ煮<br>キャベツのコーンクリーム煮<br>大根スープ           | おかゆ<br>かぼちゃペースト<br>キャベツペースト<br>かつおだし汁     | スライスした鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ピーマン トマト<br>食パン<br>キャベツ にんじん だし汁 クリームコーン<br>だいこん |
|       | おやつ | 青菜粥  |   |   | おかゆ ほうれんそう  |
| 21(火) | 昼食  | おかゆ<br>白身魚とじゃがいもの煮物<br>豚肉とキャベツの煮物<br>みそ汁(とうがん)         | おかゆ<br>白身魚とじゃがいもの煮物<br>キャベツのだし煮<br>みそ汁(とうがん)          | おかゆ<br>白身魚とポテトのペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁 | 米<br>キング じゃがいも<br>豚肉 キャベツ にんじん<br>とうがん だし汁 みそ                         |
|       | おやつ | おにぎり(わかめ)  |   |   | 米 わかめ   |
| 22(水) | 昼食  | おかゆ<br>豆腐のそぼろ煮<br>大根とツナの煮物<br>みそ汁(もずく)                 | おかゆ<br>豆腐のそぼろ煮<br>大根とツナの煮物<br>かつおだし汁                  | おかゆ<br>豆腐のつぶし煮<br>大根・にんじんペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ<br>ツナ缶 だいこん にんじん いんげん<br>もずく                        |
|       | おやつ | 鶏雑炊  |   |   | おかゆ 鶏肉 だいこん にんじん  |
| 23(木) | 昼食  | そぼろあんかけ丼<br>ほうれん草と豆腐の煮物<br>みそ汁(玉ねぎ)<br>バナナ(スライス)       | そぼろあんかけ丼<br>ほうれん草と豆腐の煮物<br>みそ汁(玉ねぎ)<br>バナナ(つぶし)       | おかゆ<br>豆腐のつぶし煮<br>ほうれん草ペースト<br>かつおだし汁     | おかゆ 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ<br>ほうれんそう 豆腐<br>たまねぎ<br>バナナ                        |
|       | おやつ | 煮込みうどん   |   |   | うどん(小麦) ツナ缶 にんじん ほうれんそう   |
| 24(金) | 昼食  | おかゆ<br>ササミ団子の野菜あんかけ<br>大根とブロッコリーののりみ煮<br>みそ汁(冬瓜)       | おかゆ<br>ササミ団子の野菜あんかけ<br>大根とブロッコリーののりみ煮<br>みそ汁(冬瓜)      | おかゆ<br>ブロッコリーペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>ささみ にんじん たまねぎ<br>だいこん ブロッコリー ツナ缶<br>とうがん                         |
|       | おやつ | にんじん粥  |   |   | 米 にんじん  |
| 25(土) | 昼食  | おかゆ<br>豆腐のみそ煮<br>マッシュポテト(にんじん)<br>玉ねぎスープ               | おかゆ<br>豆腐のみそ煮<br>マッシュポテト(にんじん)<br>玉ねぎスープ              | おかゆ<br>豆腐のつぶし煮<br>ポテトペースト<br>かつおだし汁       | 米<br>豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん<br>じゃがいも にんじん<br>たまねぎ だし汁                      |
|       | おやつ | しらす粥   |   |   | 米 しらす干し   |
| 27(月) | 昼食  | みそ煮込みうどん<br>キャベツとしらす煮<br>ヨーグルト                         | みそ煮込みうどん<br>キャベツとしらす煮<br>ヨーグルト                        | おかゆ<br>キャベツペースト<br>ほうれん草ペースト<br>かつおだし汁    | うどん(小麦) 鶏肉 たまねぎ にんじん ほうれんそう<br>キャベツ きゅうり にんじん しらす干し<br>ヨーグルト          |
|       | おやつ | おにぎり(わかめ)  |   |   | 米 わかめ   |
| 28(火) | 昼食  | おかゆ<br>野菜の豆乳シチュー<br>ササミ団子煮<br>かつおだし汁                   | おかゆ<br>野菜の豆乳シチュー<br>ササミ団子煮<br>かつおだし汁                  | おかゆ<br>ポテトペースト<br>にんじんペースト<br>かつおだし汁      | 米<br>じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん ブロッコリー<br>豆腐<br>ささみ<br>だし汁                  |
|       | おやつ | 野菜雑炊   |   |   | おかゆ ほうれんそう にんじん だし汁   |
| 29(水) | 昼食  | おかゆ<br>白身魚とかぼちゃの煮物<br>いり豆腐<br>みそ汁(白菜)                  | おかゆ<br>白身魚とかぼちゃの煮物<br>いり豆腐<br>みそ汁(白菜)                 | おかゆ<br>かぼちゃペースト<br>ほうれん草ペースト<br>かつおだし汁    | 米<br>キング かぼちゃ たまねぎ<br>豆腐 ほうれんそう にんじん<br>はくさい                          |
|       | おやつ | コーン粥   |   |   | 米 クリームコーン   |
| 30(木) | 昼食  | おかゆ<br>大根のそぼろ煮<br>豆腐と青菜ののりみ煮<br>みそ汁(じゃが芋)<br>バナナ(スライス) | おかゆ<br>大根のそぼろ煮<br>豆腐と青菜ののりみ煮<br>みそ汁(じゃが芋)<br>バナナ(つぶし) | おかゆ<br>にんじんペースト<br>豆腐のつぶし煮<br>かつおだし汁      | 米<br>鶏ひき肉 だいこん にんじん いんげん<br>豆腐 ほうれんそう<br>じゃがいも<br>バナナ                 |
|       | おやつ | おにぎり(しらす)  |   |   | 米 しらす干し   |
| 31(金) | 昼食  | おかゆ<br>白身魚と青菜の煮物<br>さつまいものお焼き<br>玉ねぎスープ                | おかゆ<br>白身魚と青菜の煮物<br>さつまいもの甘煮<br>玉ねぎスープ                | おかゆ<br>ほうれん草ペースト<br>さつまいもペースト<br>かつおだし汁   | 米<br>キング ほうれんそう<br>さつまいも にんじん<br>たまねぎ                                 |
|       | おやつ | 野菜雑炊   |   |   | 米 ほうれんそう にんじん   |

※ 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。