

5月 離乳食献立予定

令和3年度 こどもパル

		12~18ヶ月	9~11ヶ月	7・8ヶ月	6ヶ月
		◎は10時、○は午後おやつ	○は午後おやつ		
1	土	◎牛乳 せんべい ○お茶 ビスケット	◎牛乳 せんべい		
6	木	肉うどん ほうれん草のおかか煮 ウィンナー パナナ ◎牛乳 コーンフレーク ◎牛乳 フライドポテト	煮込みうどん 小松菜と人参のしらす煮 軟飯～全粥 ◎お茶 パナナ	煮込みうどん 小松菜と人参しらすの柔か煮 5倍粥	しらすのペースト 小松菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
7	金	鮭のホイル蒸し ブロッコリーのお浸し 豆腐の味噌汁 パイン ◎牛乳 ビスケット ○牛乳 トースト	ほぐし鮭 ブロッコリーと人参の柔か煮 豆腐の味噌汁 軟飯～全粥 ○お茶 パイン	ほぐし鮭 ブロッコリーと人参の柔か煮 豆腐のスープ 5倍粥	鮭のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
8	土	牛乳 せんべい お茶 クラッカー	お茶 せんべい		
10	月	ラーメン ごま塩きゅうり ミニ春巻き いちご ◎牛乳 クッキー ○お茶 蒸しパン	豆腐とツナ野菜の柔か煮 マカロニの煮物 やわらかスティックきゅうり キャベツスープ 軟飯～全粥 ○お茶 いちご	豆腐とツナ野菜の柔か煮 マカロニの煮物 とうろきゅうり キャベツスープ 5倍粥	豆腐のペースト きゅうりのペースト キャベツとたまねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
11	火	白身魚のソフト揚げ コールスローサラダ クリームシチュー パナナ ◎牛乳 りんご ○飲むヨーグルト ビスケット	煮魚 キャベツの煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 軟飯～全粥 ○お茶 パナナ	煮魚 キャベツの煮物 じゃがいもと人参の煮物 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
12	水	肉じゃが ほうろきゅうり キャベツスープ いちご ◎牛乳 サンドビスケット ◎お茶 フルーツポンチ	鶏そぼろの野菜煮 スティックきゅうり キャベツのスープ 軟飯～全粥 ○お茶 いちご	鶏そぼろの野菜煮 柔らかきゅうり 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト 人参のペースト きゅうりのペースト 野菜スープ 10倍粥
13	木	焼き鯖 大根の煮物 ゆでブロッコリー 豆腐の味噌汁 パナナ ◎牛乳 せんべい ◎牛乳 クラッカー	白身魚のあんかけ ブロッコリーと大根の柔か 煮 ほうれん草のすまし汁 軟飯～全粥 ○お茶 パナナ	白身魚のあんかけ ブロッコリーと大根の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 人参とブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
14	金	豆腐ハンバーグ レタスサラダ じゃがいものコンソメスープ チーズ オレンジ ◎牛乳 スティックパン ◎牛乳 カップケーキ	豆腐の野菜あんかけ キャベツの柔か煮 野菜スープ 軟飯～全粥 ◎お茶 オレンジ	豆腐の野菜あんかけ キャベツの柔か煮 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト 人参のペースト じゃがいものペースト 野菜スープ 10倍粥
15	土	牛乳 ビスケット お茶 野菜せんべい	牛乳 ビスケット		
17	月	焼きそば 煮魚 ゆでブロッコリー 小松菜の卵スープ オレンジ ◎牛乳 りんご ○牛乳 ツナトースト	煮魚 野菜の柔か煮 ゆでブロッコリー 小松菜のスープ 軟飯～全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 野菜の柔か煮 柔かブロッコリー 小松菜の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト ブロッコリーと人参のペースト 小松菜のスープ 10倍粥
18	金	豚肉の生姜焼き ほうれん草の磯香和え 豆腐の味噌汁 いちご ◎牛乳 ウエハース ○ヨーグルト	鶏肉の旨煮 人参の柔か煮 ほうれん草の煮びたし 豆腐スープ 軟飯～全粥 ○お茶 いちご	鶏肉の旨煮 人参の柔か煮 ほうれん草の煮びたし 豆腐のスープ 5倍粥	ささみのペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ 10倍粥
19	木	★豆腐グラタン ブロッコリーの和え物 ほうれん草のコンソメスープ いちご ◎牛乳 せんべい○お茶 みかんゼリー	豆腐と野菜のツナ煮 ブロッコリー煮 ほうれん草のスープ 軟飯～全粥 ◎お茶 いちご	豆腐と野菜のツナ煮 ブロッコリー煮 ほうれん草のスープ 5倍粥	豆腐のペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ 10倍粥
20	水	鮭のバター焼き ブロッコリーの胡麻ドレッシング和え 野菜のコンソメスープ オレンジ ◎牛乳 米菓子 ○牛乳 ハームクーヘン	煮魚 ブロッコリーの和え物 人参の柔か煮 野菜スープ 軟飯～全粥 ○お茶 オレンジ	煮魚 ブロッコリーの煮物 人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚ペースト ブロッコリーのペースト 人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
21	火	水餃子 ボイル野菜 中華スープ グレープフルーツ ◎牛乳 フルーツゼリー ◎お茶 ヨーグルト	豆腐としらすの煮物 柔かきゅうり 玉ねぎスープ 軟飯～全粥 ◎お茶 グレープフルーツ	豆腐としらすの煮物 とうろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	しらすのペースト とうろきゅうり 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
22	土	牛乳 クラッカー お茶 サブレ	牛乳 ソフトクッキー		
24	月	ミートスパゲティ 野菜サラダ 豆乳スープ りんご ◎牛乳 レーズパン ○牛乳 じゃがもち	チキンパスタ風煮込み とうろきゅうり じゃがいもの味噌汁 軟飯～全粥 ○お茶 りんご	チキンパスタ風煮込み とうろきゅうり 野菜スープ 5倍粥	ささみのペースト キャベツと人参のペースト じゃが芋のペースト 野菜スープ 10倍粥
25	火	白身魚のムニエル 伴三糸 小松菜の味噌汁 メロン ◎牛乳 せんべい ◎牛乳 サンドパン	白身魚のムニエル 小松菜と人参のくたくた煮 野菜スープ 軟飯～全粥 ○お茶 メロン	煮魚 小松菜と人参の柔か煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト 小松菜と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
26	水	キッズマーボー チーズ ブロッコリーの中華漬け ほうれん草のすまし汁 オレンジ ◎牛乳 クラッカー ◎お茶 フルーツヨーグルト	豆腐の鶏そぼろあんかけ ブロッコリー煮 ほうれん草のすまし汁 軟飯～全粥 ○お茶 オレンジ	豆腐の鶏そぼろあんかけ ブロッコリー煮 ほうれん草のすまし汁 野菜スープ 5倍粥	豆腐のペースト ブロッコリーと玉ねぎのペースト 野菜スープ 10倍粥
27	木	鶏肉のレモン煮 青のりポテト キャベツの味噌汁 パイン ◎牛乳 チーズ ○豆乳 ホットケーキ	鶏ささみのうま煮 キャベツとじゃがいもの煮物 わかめのすまし汁 軟飯～全粥 ◎お茶 パイン	鶏ささみのうま煮 キャベツと根野菜の煮物 野菜スープ 5倍粥	鶏ササミのペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
28	金	カレーピラフ 鶏の竜田揚げ スパソテー コロコロサラダ 野菜のスープ いちご ◎りんごジュース ◎フルーツプリン	鶏肉入り野菜リゾット じゃがいもと人参の煮物 スープスパゲティ ◎お茶 いちご	鶏肉入り野菜リゾット じゃがいもと人参の煮物 スープスパゲティ	ささみのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ 10倍粥
29	土	牛乳 せんべい お茶 あられ	牛乳 せんべい		
31	月	彩そうめん ウィンナー ゆで野菜 パナナ ◎牛乳 ビスケット ◎牛乳 ★新じゃがバター	しらす入りにゅうめん じゃが芋とえんどうのくたくた煮 軟飯～全粥 ○お茶 パナナ	しらす入りにゅうめん じゃが芋とえんどうの柔か煮 5倍粥	しらすのペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ 10倍粥

発達段階や離乳食の進み具合により、メニューを変更する場合があります。