



2023年5月離乳食 中期献立表

こばと保育園

日	曜	献立名	材料
1 15	月	おかゆ 小松菜のスープ 豆腐と野菜煮	米 小松菜 人参 豆腐 いんげん 南瓜
2 16	火	パンがゆ じゃが芋のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	食パン じゃが芋 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉 トマト缶 きゅうり キャベツ
17	水	おかゆ 大根のスープ 白身魚と野菜煮	米 大根 万能ねぎ カラスカレイ スナップエンドウ 人参
18	木	そうめんがゆ キャベツのスープ ささみと野菜煮	そうめん キャベツ 人参 玉ねぎ ささみ きゅうり トマト
19	金	おかゆ 人参のスープ 豆腐と野菜煮	米 人参 長ねぎ ピーマン 豆腐 ほうれん草
6 20	土	そうめんがゆ 玉ねぎのスープ 白身魚と野菜煮	そうめん 玉ねぎ 人参 青梗菜 カラスカレイ キャベツ もやし
8 22	月	おかゆ 小松菜のスープ 豆腐と野菜煮	米 小松菜 長ねぎ 玉ねぎ 豆腐 ブロッコリー キャベツ
9 23	火	パンがゆ トマトのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	食パン トマト 玉ねぎ じゃが芋 鶏ひき肉 切干大根 もやし 人参 きゅうり
10 24	水	おかゆ 白菜のスープ 白身魚と野菜煮	米 白菜 万能ねぎ カラスカレイ 人参 絹さや
11 25	木	そうめんがゆ 南瓜のスープ 鶏ひき肉と野菜煮	そうめん 南瓜 長ねぎ 鶏ひき肉 もやし 玉ねぎ きゅうり
12	金	おかゆ じゃが芋のスープ 豆腐と野菜煮	米 じゃが芋 ニラ 豆腐 ほうれん草 人参 玉ねぎ
26	金	パンがゆ キャベツのスープ ささみと野菜煮	食パン キャベツ 人参 玉ねぎ トマト缶 ささみ じゃが芋 きゅうり 大根
13 27	土	おかゆ なすのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	米 なす 玉ねぎ 絹さや 鶏ひき肉 長ねぎ キャベツ
29	月	おかゆ もやしのスープ 鶏ひき肉と野菜煮	米 もやし 玉ねぎ 人参 鶏ひき肉 キャベツ きゅうり アスパラ
30	火	パンがゆ 玉ねぎのスープ 豆腐と野菜煮	食パン 玉ねぎ 小松菜 豆腐 きゅうり ピーマン
31	水	おかゆ 大根のスープ 白身魚と野菜煮	米 大根 玉ねぎ 万能ねぎ カラスカレイ 人参 小松菜

☆形状は月齢に合わせています。材料の都合上献立が変更になる場合があります。