



## 2023年5月離乳食 完了期献立表

こぼと保育園

日	曜	午前おやつ	献立名	材料	午後おやつ
15	月	バナナ 牛乳	軟飯 きのご汁 豚ひき肉と野菜煮 蒸し南瓜 オレンジ	米 エリンギ まいたけ えのき 小松菜 人参 豚ひき肉 いんげん 南瓜 バナナ オレンジ さつま芋 牛乳	マッシュさつま芋 牛乳
16	火	南瓜ボーロ 牛乳	ミートトースト クリームシチュー 野菜煮 グレープフルーツ	食パン 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 マッシュルーム缶 トマト缶 チーズ 鶏もも肉 じゃが芋 コーン缶 グリンピース缶 牛乳 キャベツ きゅうり グレープフルーツ 米 ごぼう いんげん 大根 しいたけ	鶏ごぼろ雑炊(非常食) 牛乳
17	水	ハイハイ 牛乳	軟飯 高野豆腐の味噌汁 カジキのコーン焼き 大根とスナップエンドウ煮 りんご	米 高野豆腐 わかめ 万能ねぎ カジキ クリームコーン 大根 スナップエンドウ りんご ホットケーキ粉 牛乳	ホットケーキ 牛乳
18	木	バナナ 牛乳	赤ちゃんナポリタン キャベツのスープ そら豆とささみ煮 バナナ	スパゲティ 鶏ひき肉 玉ねぎ 人参 ビーマン キャベツ えのき そら豆 きゅうり トマト コーン缶 ささみ バナナ 米 南瓜 まいたけ マグロ 牛乳	ツナときのこのリゾット (非常食)
19	金	南瓜ボーロ 牛乳	軟飯 芋煮汁 豚ひき肉と野菜煮 ほうれん草煮 オレンジ	米 木綿豆腐 里芋 ごぼう 長ねぎ まいたけ 豚ひき肉 人参 ほうれん草 ツナ缶 オレンジ 食パン ちりめんじゃこ チーズ 牛乳	じゃこチーズトースト 牛乳
20	土	ハイハイ 牛乳	焼きうどん 青梗菜のスープ さつま芋煮 バナナ	うどん 豚ひき肉 キャベツ 玉ねぎ 人参 ニラ もやし 青梗菜 えのき さつま芋 バナナ 食パン 牛乳	シュガートースト 牛乳
22	月	バナナ 豆乳	あんかけがゆ 小松菜の味噌汁 野菜煮 オレンジ	米 豚ひき肉 キャベツ 長ねぎ 小松菜 なめこ ブロッコリー 人参 バナナ オレンジ マカロニ クリームコーン缶 牛乳 豆乳	クリームマカロニ 豆乳
23	火	南瓜ボーロ 豆乳	トースト コーンチャウダー 照り焼きチキン 切干大根煮 グレープフルーツ	食パン 玉ねぎ じゃが芋 トマト コーン缶 牛乳 鶏もも肉 切干大根 人参 きゅうり もやし ツナ缶 グレープフルーツ 米 キャベツ コーン ビーマン しいたけ 豆乳	五目雑炊(非常食) 豆乳
24	水	ハイハイ 豆乳	軟飯 白菜の味噌汁 白身魚揚げ 根菜煮 りんご	米 白菜 えのき 万能ねぎ カラスカレイ 鶏もも肉 人参 たけのこ ごぼう 絹さや りんご ホットケーキ粉 ツナ缶 玉ねぎ チーズ 豆乳	ツナ入りパンケーキ 豆乳
25	木	南瓜ボーロ 豆乳	煮込みうどん 野菜煮 バナナ	うどん 豚ひき肉 玉ねぎ 長ねぎ 干しいたけ たけのこ もやし わかめ 南瓜 きゅうり バナナ オレンジジュース 豆乳	オレンジゼリー ハイハイ 豆乳
12	金	ハイハイ 豆乳	軟飯 じゃが芋の味噌汁 厚揚げと野菜煮 しらすと野菜煮 オレンジ	米 じゃが芋 ニラ 厚揚げ 豚ひき肉 玉ねぎ しいたけ たけのこ ほうれん草 人参 しらす オレンジ ホットケーキ粉 りんご 牛乳 豆乳	りんご入りパンケーキ 豆乳
26	金	南瓜ボーロ 豆乳	トースト ミネストローネ ハンバーグ ひじきと野菜煮 揚げじゃが オレンジ	食パン 玉ねぎ 人参 キャベツ セロリ トマト缶 マカロニ 豚ひき肉 ひじき 大根 きゅうり ささみ じゃが芋 オレンジ コーンフレーク バナナ 牛乳 豆乳	バナナコーンフレーク 麦茶
27	土	ハイハイ 豆乳	なすと鶏ひき肉丼(軟飯) 玉ねぎのスープ キャベツとじゃこ煮 バナナ	米 なす 鶏ひき肉 長ねぎ 玉ねぎ 絹さや わかめ キャベツ ちりめんじゃこ バナナ 食パン コーン缶 チーズ 豆乳	コーンチーズトースト 豆乳
29	月	バナナ 牛乳	あんかけ軟飯 もやしのスープ 野菜煮 オレンジ	米 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ビーマン 赤ビーマン トマト缶 えのき もやし キャベツ きゅうり アスパラ バナナ オレンジ スパゲティ ツナ缶 マッシュルーム缶 牛乳	ツナスパゲッティ 牛乳
30	火	南瓜ボーロ 牛乳	トースト 小松菜のスープ グラタン きゅうりとわかめ煮 グレープフルーツ	食パン 小松菜 きくらげ たけのこ マカロニ 鶏もも肉 玉ねぎ コーン缶 牛乳 きゅうり わかめ グレープフルーツ ヨーグルト バナナ みかん缶 牛乳	フルーツヨーグルト ハイハイ 麦茶
31	水	ハイハイ 牛乳	軟飯 大根の味噌汁 鮭とじゃが芋の和風煮(非常食) 野菜煮 りんご	米 大根 えのき 万能ねぎ 鮭 じゃが芋 ごぼう 白菜 人参 小松菜 しいたけ りんご 食パン 粉チーズ 牛乳	チーズスティックパン 牛乳

☆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。

