

希望の硬さに○をつけてください

# 5月 離乳食献立表

ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん

曜日	月	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木
日	2	6	7	9	10	11	12	13	14	16	17	18	19
おやつ 10時 15時	チーズ 麦茶 バナナ 麦茶	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 チーズ蒸しパン リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 鮭ごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	チーズ 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ヨーグルト バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 クロワッサン リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 しらすごはん 麦茶	ヨーグルト バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 食パン 麦茶	チーズ 麦茶 ヨーグルト 麦茶
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
副食	厚焼き玉子 里芋の煮物 みそ汁 はっさく	ハンバーグ かぼちゃサラダ トマトスープ オレンジ	ビビンバ 中華スープ ヨーグルト	煮込みうどん スティックきゅうり グレープフルーツ	ミートオムレツ にんじんスティック スープ ヨーグルト	カレイの照り焼き 野菜の蒸し煮 すまし汁 オレンジ	豚肉のケチャップ煮 もやしのとえ物 スープ バナナ	肉団子 マッシュポテト たまごスープ はっさく	野菜のそぼろ煮 温野菜 みそ汁 ヨーグルト	木綿豆腐のそぼろあん ほうれん草のお浸し たまごスープ 夏みかん	鮭のポテト焼き 大根と鶏肉の煮物 きのこスープ オレンジ	木綿豆腐の卵とじ いんげんのツナ和え すまし汁 バナナ	八宝菜 もやしのナムル 中華スープ グレープフルーツ
お昼 材料	いんげん 豚ひき肉 卵 和風だしの素 砂糖 塩  さといも にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖  木綿豆腐 たまねぎ キャベツ えのきだけ 和風だしの素 みそ  はっさく	牛ひき肉 豚ひき肉 たまねぎ 塩  かぼちゃ きゅうり コーン  トマト缶 たまねぎ キャベツ 中華だしの素 塩  オレンジ  〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚ひき肉 鶏ひき肉 ねぎ 油 しょうゆ 砂糖 みそ 和風だしの素 塩  わかめ コーン缶 ねぎ 中華だしの素 塩  ペビーダノン  〈おやつ〉 チーズ蒸しパン(既製品)	ゆでうどん 豚肉 だいこん にんじん さといも ねぎ 和風だしの素 味噌 砂糖  きゅうり 塩  グレープフルーツ  〈おやつ〉 ごはん 鮭フレーク	卵 塩 たまねぎ にんじん 油 豚ひき肉 小麦粉 水 ケチャップ  にんじん 砂糖  わかめ もやし ねぎ コーン缶 中華だしの素 塩  ペビーダノン	カレイ しょうゆ 砂糖  キャベツ たまねぎ コーン缶 中華だしの素  じゃがいも えのき ねぎ 和風だしの素 しょうゆ  オレンジ	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉 和風だしの素 しょうゆ みりん 片栗粉  もやし にんじん 小松菜 しょうゆ 砂糖  キャベツ たまねぎ えのきだけ 中華だしの素 塩  バナナ	豚ひき肉 たまねぎ ねぎ 塩 片栗粉 和風だしの素 しょうゆ みりん 片栗粉  木綿豆腐 わかめ ねぎ 和風だしの素 みそ  卵 にんじん 中華だしの素 塩  はっさく	豚ひき肉 たまねぎ ねぎ しょうゆ 砂糖  ブロッコリー 塩  木綿豆腐 わかめ ねぎ 和風だしの素 みそ  ペビーダノン  〈おやつ〉 クロワッサン(既製品)	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ いんげん しょうゆ 砂糖 卵  鶏もも肉 だいこん にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖  えのきだけ しめじ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩  オレンジ	木綿豆腐 小松菜 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 卵  いんげん にんじん しょうゆ  焼きふ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩  バナナ	豚肉 白菜 ねぎ いんげん 中華だしの素 しょうゆ 塩 片栗粉  もやし にんじん わかめ しょうゆ ごま  白菜 ねぎ 中華だしの素 塩  グレープフルーツ	
曜日	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火			
日	20	21	23	24	25	26	27	28	30	31			
おやつ 10時 15時	ハイハイン 麦茶 バナナ蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 ランチパック リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 ふかしもち 麦茶	ハイハイン 麦茶 そぼろごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 コーン蒸しパン 麦茶	ヨーグルト 鮭ごはん 麦茶	チーズ 麦茶 野菜うどん 麦茶	ハイハイン 麦茶 ハムクーヘン リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 ふかしもち 麦茶			
主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯			
副食	野菜のそぼろ煮 キャベツのサラダ スープ ヨーグルト	スパゲティ スープ ヨーグルト	つくね キャベツのサラダ すまし汁 ヨーグルト	ツナオムレツ スティックきゅうり かぶのスープ バナナ	納豆ボール 温野菜 みそ汁 ヨーグルト	牛肉のケチャップ煮 きゅうりサラダ スープ チーズ	鮭のみそ焼き 鶏肉のやわらか煮 すまし汁 オレンジ	中華丼 わかめスープ オレンジ	さばのみそ煮 小松菜のこま和え すまし汁 ヨーグルト	豚肉のやわらか煮 キャベツとじゃこの和え物 中華スープ オレンジ			
お昼 材料	鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 片栗粉  キャベツ にんじん 塩  さつまいも ねぎ 中華だしの素 塩  ペビーダノン  〈おやつ〉 バナナ 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖	スパゲティ たまねぎ 小松菜 油 塩 ツナ缶 ホールトマト缶 ケチャップ 塩  わかめ もやし コーン缶 中華だしの素 塩  ペビーダノン  〈おやつ〉 ランチパック(既製品)	鶏ひき肉 たまねぎ 塩 片栗粉  キャベツ にんじん きゅうり 塩  木綿豆腐 ほうれん草 わかめ 和風だしの素 しょうゆ  ペビーダノン  〈おやつ〉 さつまいも	卵 ツナ缶 たまねぎ にんじん ねぎ 片栗粉 塩  きゅうり 塩  かぶ にんじん 中華だしの素  バナナ  〈おやつ〉 ごはん 鶏ひき肉 しょうゆ	ひきわり納豆 しょうゆ 豚ひき肉 ねぎ 片栗粉 塩  キャベツ たまねぎ にんじん 塩  はんぺん ねぎ わかめ 和風だしの素 味噌  ペビーダノン  〈おやつ〉 バナナ ベーキングパウダー 砂糖 コーン缶	牛肉 たまねぎ にんじん しめじ えのきだけ ケチャップ 砂糖 片栗粉  きゅうり にんじん しょうゆ 砂糖  キャベツ たまねぎ えのきだけ 中華だしの素 塩  スティックチーズ  〈おやつ〉 ごはん 鮭フレーク	鮭 みそ 砂糖  鶏肉 にんじん しょうゆ 砂糖  木綿豆腐 だいこん にんじん ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩  オレンジ  〈おやつ〉 うどん だいこん にんじん めんつゆ	豚肉 白菜 ねぎ にんじん 中華だしの素 しょうゆ 塩 片栗粉  わかめ もやし ねぎ コーン缶 中華だしの素 塩  オレンジ  〈おやつ〉 ハムクーヘン (既製品)	さば 和風だしの素 みそ 砂糖  小松菜 にんじん コーン缶 しょうゆ 砂糖 ごま  だいこん にんじん ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩  ペビーダノン  〈おやつ〉 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚肉 にんじん 中華だしの素 しょうゆ 片栗粉  キャベツ にんじん しらす 砂糖 しょうゆ  えのきだけ わかめ 中華だしの素 塩  オレンジ  〈おやつ〉 さつまいも			

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。  
 ※離乳食での油は少量で使います。  
 ※都合により献立が変更になる場合があります。  
 ※土曜日献立は幼児食と同様の献立になっています。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。  
 ※ヨーグルトはペビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：