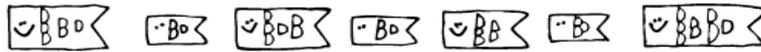


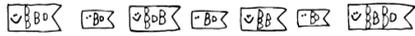
# 5月 離乳食予定献立表



2025年度

曜日	日付	5~6ヶ月離乳食	7~8ヶ月離乳食	9~11ヶ月離乳食		12ヶ月~完了	
				午後おやつ		午前おやつ	午後おやつ
月	12・26	おもゆ〜つぶし粥	3分〜7分粥 ささみひき肉とじゃが芋煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子とじゃが芋煮 トマト 味噌汁 りんご煮	全粥 白身魚とブロッコリーケチャップ煮 大根煮 味噌汁 おじや	春野菜カレー刻み(軟飯〜御飯) カリフラワーとインゲンのトマトサラダ刻み 味噌汁 果物 ウエハース   紅茶パンケーキ   こぶ	
火	13・27	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ	3分〜7分粥 白身魚とブロッコリー煮 大根のやわらか煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とピーマン煮 春雨酢の物 味噌汁 煮込みうどん	軟飯〜御飯 かじき竜田揚げ刻み ごぼうとブロッコリーのたまごサラダ刻み 味噌汁 クッキー   ココアシナモントースト   するめ		
水	14・28	豆腐 成長に応じて提供	3分〜7分粥 ささみひき肉とピーマン煮 チンゲン菜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とさつま芋煮 ほうれん草煮 味噌汁 バナナ	軟飯〜御飯 チンジャオロース刻み パンサンスー刻み 中華スープ ビスケット   オレンジゼリー   ミニパン		
木	15・29	させていただきます。	3分〜7分粥 白身魚とさつま芋煮 ほうれん草の煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子ときゃべつ煮 じゃが芋ソテー 味噌汁 おじや	軟飯〜御飯 鯖甘辛煮刻み 甘酢和え刻み 味噌汁 果物 クラッカー   よもぎあずきスコーン   するめ		
金	16・30		3分〜7分粥 ささみひき肉ときゃべつ煮 マッシュポテト 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とさつま芋煮 ほうれん草煮 味噌汁 バナナ	軟飯〜御飯 豚肉BBQソース刻み アスパラ入りジャーマンポテト刻み 味噌汁 ウエハース   おかかチーズ餅飯   こぶ   30日   誕生日ケーキ		
土	17・31			全粥 肉団子と南瓜煮 もやし煮 味噌汁 おじや	軟飯〜御飯 肉じゃが刻み 小魚和え刻み 味噌汁 クッキー   ビーフソテー   するめ		
月	19	おもゆ〜つぶし粥	3分〜7分粥 ささみひき肉となす煮 トマト煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子となす煮 スパゲッティケチャップソテー 味噌汁 りんご煮	軟飯〜御飯 ミートソーススパゲッティ刻み マセドアンサラダ刻み コンソメスープ 果物 クラッカー   五平餅   チーズ		
火	20	野菜スープ 野菜類・芋類マッシュ 白身魚マッシュ	3分〜7分粥 ささみひき肉と白菜煮 ブロッコリーくず煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 鶏団子と白菜煮 ブロッコリー煮 味噌汁 おじや	軟飯〜御飯 五目焼売刻み 春きゃべつのナムル刻み 中華スープ ウエハース   ミニツナマヨコーンピザ   小魚せんべい		
水	7・21	豆腐 成長に応じて提供	3分〜7分粥 ささみひき肉とカリフラワー煮 南瓜煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 肉団子とひじき煮 南瓜煮 味噌汁 煮込みうどん	軟飯〜御飯 鶏のチーズ照り焼き刻み ひじき煮刻み 味噌汁 ビスケット   ビーチむしケーキ   するめ		
木	8・22	させていただきます。	3分〜7分粥 白身魚と赤パプリカ煮 キャベツの煮浸し 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚と赤パプリカ煮 切り干し大根煮 味噌汁 バナナ	軟飯〜御飯 鮭の味噌焼き刻み 切り干し大根サラダ刻み 清汁   果物 クッキー   おやつパン   こぶ		
金	9・23		3分〜7分粥 白身魚とほうれん草煮 さつま芋煮 味噌汁(汁のみ)	全粥 白身魚とほうれん草煮 豆腐煮 味噌汁 おじや	軟飯〜御飯 鮭のおろしソース刻み 新玉ねぎのかき揚げ刻み 味噌汁 ウエハース   フルーツボンチ   するめ		
土	10・24			全粥 肉団子といんげん煮 黄パプリカソテー 味噌汁 バナナ	軟飯〜御飯 豚丼刻み 南瓜のゴマ和え刻み 味噌汁 果物 クラッカー   ふかし芋   するめ		

# 5月献立表



2025年度

曜日	日付	朝食	昼食	主な材料			夕食	おやつ(午前)	おやつ(午後)
				血や肉になる	熱や力になる	調子を整える			
月	12・26		春野菜カレー(雑穀米) カリフラワーといんげんのトマトサラダ 味噌汁 果物	鶏肉 ハム	雑穀米	じゃがいも、人参、玉ねぎ キャベツ、グリーンピース カリフラワー、いんげん トマト、コーン、ナス もやし、葉ネギ、リンゴ	御飯 ボークソテー 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 紅茶パンケーキ こぶ
火	13・27		御飯 かじき竜田揚げ ごぼうとブロッコリーのたまごサラダ 味噌汁	かじき 鶏卵	七分搗米	人参、ブロッコリー ごぼう、コーン 大根、水菜 もやし	ピラフ スティック野菜 味噌汁	ほうじ茶 クッキー	牛乳 ココアシナモントースト 干し芋
水	14・28		御飯 チンジャオロース パンサンスー 中華スープ	豚肉 ハム	七分搗米	たけのこ、ピーマン 赤パプリカ、黄パプリカ 春雨、きゅうり 人参、長ネギ チンゲン菜、わかめ	御飯 鶏旨煮 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	豆乳 オレンジゼリー ミニパン
木	15・29		御飯 鯖甘辛煮 甘酢和え 味噌汁 果物	鯖 ちくわ 豆腐	七分搗米	さつまいも、キャベツ きゅうり、わかめ 人参、ほうれん草 えのき、バナナ	御飯 豚肉中華炒め 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	牛乳 よもぎあずきスコーン するめ
金	16・30		御飯 豚肉BBQソース アスパラ入りジャーマンポテト 味噌汁	豚肉 ベーコン	七分搗米	スナップエンドウ、じゃがいも 玉ねぎ、人参 空豆、パセリ キャベツ、ごぼう まいたけ	焼きそば バナナ 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	ほうじ茶 おかかチーズ御飯 小魚
土	17・31		御飯 肉じゃが 小魚和え 味噌汁	豚肉 じゃこ	七分搗米 ゴマ	じゃがいも、玉ねぎ 人参、グリーンピース もやし、小松菜 南瓜、しめじ	/	ほうじ茶 クッキー	ほうじ茶 ビーフンソテー するめ
月	19		ミートソーススパゲッティ マセドアンサラダ コンソメスープ 果物	豚ひき肉 チーズ	スパゲッティ	玉ねぎ、人参 ナス、マッシュルーム じゃがいも、きゅうり レタス、コーン いんげん、メロン	御飯 鶏のバジル煮 味噌汁	ほうじ茶 クラッカー	ほうじ茶 五平餅 チーズ
火	20		御飯 五目焼売 春キャベツのナムル 中華スープ	鶏ひき肉 ハム	七分搗米 ゴマ	玉ねぎ、人参 しいたけ、たけのこ グリーンピース、ブロッコリー キャベツ、きゅうり 春雨、えのき、白菜	御飯 豚肉とたけのこ甘辛炒め 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	豆乳 ミニツナマヨコーンピザ 小魚せんべい
水	7・21		御飯 鶏のチーズ照焼き ひじき煮 味噌汁	鶏肉 油揚げ 大豆	七分搗米 ゴマ	空豆、ひじき 人参、れんこん いんげん、南瓜 玉ねぎ、エリンギ	そぼろ丼 リンゴ 味噌汁	ほうじ茶 ビスケット	牛乳 ピーチ蒸しケーキ するめ
木	8・22		御飯 鮭の味噌焼き 切干大根サラダ 清汁 果物	鮭 ハム	七分搗米	キャベツ、オクラ 切干大根、きゅうり 人参、コーン たけのこ、わかめ 葉ネギ、バナナ	御飯 豚肉味噌炒め 清汁	ほうじ茶 クッキー	牛乳 おやつパン こぶ
金	9・23		御飯 鯖のおろしソース 新玉ねぎのかきあげ 味噌汁	鯖 豆腐	七分搗米	大根、ほうれん草 玉ねぎ、さつまいも 人参、キャベツ 長ネギ	麻婆豆腐丼 スティック野菜 味噌汁	ほうじ茶 ウエハース	牛乳 フルーツボンチ 小魚
土	10・24		豚丼 南瓜のゴマ和え 味噌汁 果物	豚肉 油揚げ	七分搗米 ゴマ	玉ねぎ、いんげん 赤パプリカ、黄パプリカ 南瓜、人参 コーン、もやし バナナ	/	ほうじ茶 クラッカー	ほうじ茶 ふかし芋 するめ

朝食を希望する場合は、お問い合わせください。

\*仕入れの都合による献立変更の際は、ご了承ください。

\*乳児は食べやすい大きさに刻んで提供しています。

\*献立表の中で初めて食べる食材がある場合、ご家庭で一度お試しください。

\*体調の変化などありましたらお申し出ください。

\*0・1歳には桜えびではなく、しらすを提供します。

《 午前おやつ・昼食・午後おやつあたりの平均栄養量 》

	エネルギー (kcal)	蛋白質 (g)	脂質 (g)	炭水化物 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)
3歳以上児	534	25.6	15.0	79.8	235	2.8	257	0.51	0.45	51
3歳未満児	440	20.5	12.4	65.8	191	2.0	200	0.39	0.35	41