

2019年 5月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	午後食 ()内は、主な材料です。
7 火	軟飯 魚のトマトソースがけ かぼちゃのグラッセ	米 白身魚 トマト 人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ	スイートポテト (さつまいも)	20 月	軟飯 高野豆腐とひじきの煮もの 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 高野豆腐 ひじき 人参 小松菜	そぼろうどん (うどん、鶏肉、人参、 玉ねぎ)
8 水	軟飯 キャベツのツナ煮 三度豆のやわらか煮	米 ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ 三度豆	かつおごはん (米、かつおぶし)	21 火	軟飯 魚のトマトソースがけ かぼちゃのグラッセ	米 白身魚 トマト 人参 玉ねぎ ほうれん草 かぼちゃ	きのこリゾット (米、人参、玉ねぎ、 マッシュルーム、しめじ)
9 木	軟飯 鶏じゃが マカロニサラダ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ マカロニ 人参 三度豆	ミルクりんごかん (粉ミルク、りんご、寒天)	22 水	軟飯 鶏じゃが マカロニサラダ	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ マカロニ 人参 三度豆	りんごのコンポート (りんご)
10 金	軟飯 ツナと小松菜のうま煮 さつまいものレモン煮	米 ツナ 小松菜 人参 しめじ さつまいも レモン果汁	にゅうめん (そうめん、鶏肉、人参、 えのき、ほうれん草)	23 木	軟飯 キャベツのツナ煮 三度豆のやわらか煮	米 ツナ キャベツ 人参 玉ねぎ 三度豆	さつまいもごはん (米、さつまいも)
11 土	軟飯 魚の野菜あんかけ わかめスープ	米 白身魚 人参 テンゲン菜 えのき わかめ 玉ねぎ	かぼちゃようかん (かぼちゃ、寒天)	24 金	軟飯 ツナと小松菜のうま煮 さつまいものレモン煮	米 ツナ 小松菜 人参 しめじ さつまいも レモン果汁	かぼちゃのおやき (かぼちゃ、片栗粉)
13 月	軟飯 かぼちゃの煮もの しろ菜のひじき和え	米 鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ しろ菜 ひじき	じゃがいものお焼き (じゃがいも、片栗粉)	25 土	軟飯 魚の野菜あんかけ わかめスープ	米 白身魚 人参 テンゲン菜 えのき わかめ 玉ねぎ	トマトかん (トマト、寒天)
14 火	軟飯 根菜の煮もの ほうれん草の煮浸し	米 ツナ 人参 大根 玉ねぎ 三度豆 ほうれん草 人参	赤ちゃんラスク (パン)	27 月	軟飯 かぼちゃの煮もの しろ菜のひじき和え	米 鶏肉 かぼちゃ 人参 玉ねぎ しろ菜 ひじき	じゃがいものカレーそぼろ煮 (鶏肉、じゃがいも、 グリーンピース)
15 水	軟飯 煮魚 ブロッコリーのおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ しめじ ブロッコリー 人参 かつおぶし	さつまいもようかん (さつまいも、寒天)	28 火	軟飯 根菜の煮もの ほうれん草の煮浸し	米 ツナ 人参 大根 玉ねぎ 三度豆 ほうれん草 人参	ジャムサンド (パン、苺ジャム)
16 木	軟飯 白菜の中華煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 白菜 人参 テンゲン菜 椎茸 じゃがいも	のりポテト (じゃがいも、青のり)	29 水	軟飯 煮魚 ブロッコリーのおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ しめじ ブロッコリー 人参 かつおぶし	しらすひじきごはん (米、しらす干し、ひじき、 人参)
17 金	軟飯 じゃがいものトマト煮込み キャベツの煮浸し	米 鶏肉 じゃがいも トマト 玉ねぎ キャベツ	人参蒸しパン (ホットケーキミックス、人参)	30 木	軟飯 白菜の中華煮 じゃがいもスティック	米 鶏肉 白菜 人参 テンゲン菜 椎茸 じゃがいも	赤ちゃんりんごわらび餅 (りんご、片栗粉)
18 土	軟飯 魚のかぼちゃソースがけ 人参スティック	米 白身魚 かぼちゃ キャベツ 三度豆 玉ねぎ 人参	トマトリゾット (米、鶏肉、トマト、玉ねぎ、 人参、三度豆)	31 金	軟飯 高野豆腐とひじきの煮もの 小松菜の煮浸し	米 鶏肉 高野豆腐 ひじき 人参 小松菜	コーンクリームスパゲティ (スパゲティ、ツナ、コーンクリーム、 ブロッコリー、玉ねぎ)

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。

聖和乳幼児保育センター