

2021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。
1 土	軟飯 ツナとキャベツのコーン煮 キャロットスープ	米 ツナ キャベツ コーン 人参	きな粉マカロニ (マカロニ きな粉)	19 水	軟飯 ブロッコリーのそぼろあんかけ チンゲン菜の煮浸し	米 鶏肉 ブロッコリー しいたけ チンゲン菜 人参 かつおぶし	ミルクかん (粉ミルク 寒天)
6 木	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 さつまいもの煮もの	米 鶏肉 高野豆腐 人参 三度豆 さつまいも	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ、片栗粉)	20 木	軟飯 ツナ大根 白菜のおかか和え	米 ツナ 大根 人参 白菜 かつおぶし	さつまいもようかん (さつまいも)
7 金	軟飯 ツナ大根 白菜のおかか和え	米 ツナ 大根 人参 白菜 かつおぶし	トマトリゾット (米 トマト 鶏肉 玉ねぎ しめじ 三度豆)	21 金	軟飯 魚のおろしかけ 白菜とほうれん草の煮浸し	米 白身魚 大根 人参 白菜 ほうれん草	りんごのコンポート (りんご)
8 土	軟飯 豆腐の中華煮 小松菜のスープ	米 豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ 小松菜	かぼちゃの茶巾しぼり (かぼちゃ)	22 土	軟飯 ツナとキャベツのコーン煮 キャロットスープ	米 ツナ キャベツ コーン 人参	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)
10 月	軟飯 魚のみそ煮 ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 人参 ほうれん草 しめじ	のりポテト (じゃがいも 青のり)	24 月	軟飯 魚のみそ煮 ほうれん草の煮浸し	米 白身魚 人参 ほうれん草 しめじ	じゃがいものお焼き (じゃがいも 片栗粉)
11 火	軟飯 キャベツのトマト煮込み じゃがいもスティック	米 鶏肉 キャベツ トマト 人参 しめじ じゃがいも	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)	25 火	軟飯 キャベツのトマト煮込み じゃがいもスティック	米 鶏肉 キャベツ トマト 人参 しめじ じゃがいも	赤ちゃんラスク (パン)
12 水	軟飯 魚のクリームソースがけ さつまいもの甘煮スティック	米 白身魚 玉ねぎ 粉ミルク キャベツ 人参 さつまいも	ほうれん草ごはん (米 ほうれん草 人参)	26 水	軟飯 魚のクリームソースがけ さつまいもの甘煮スティック	米 白身魚 玉ねぎ 粉ミルク キャベツ 人参 さつまいも	かつおごはん (米 かつおぶし)
13 木	軟飯 鶏じゃが ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー かつおぶし	苺ジャム蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)	27 木	軟飯 鶏じゃが ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー かつおぶし	ジャムロールサンド (パン 苺ジャム)
14 金	軟飯 かぼちゃの炊き合わせ 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ 三度豆 かつおぶし	スイートポテト (さつまいも)	28 金	軟飯 魚のおろしかけ 白菜とほうれん草の煮浸し	米 白身魚 大根 人参 白菜 ほうれん草	クリームスパゲティ (スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ 粉ミルク)
15 土	軟飯 赤ちゃんマーボー 人参スティック	米 鶏肉 豆腐 玉ねぎ しいたけ 人参	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)	29 土	軟飯 豆腐の中華煮 小松菜のスープ	米 豆腐 玉ねぎ 人参 しめじ 小松菜	赤ちゃんりんごわらび餅 (りんご 片栗粉)
17 月	軟飯 煮魚 キャベツのおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ キャベツ かつおぶし	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 三度豆 しいたけ)	31 月	軟飯 煮魚 キャベツのおかか和え	米 白身魚 かぼちゃ キャベツ かつおぶし	わかめうどん (うどん 鶏肉 わかめ 人参 しいたけ ほうれん草)
18 火	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 さつまいもの煮もの	米 鶏肉 高野豆腐 人参 三度豆 さつまいも	ひじきごはん (米 ひじき 鶏肉 人参 しいたけ)				

★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。