2023年　5月献立表（離乳食）

日	曜	午前食	主 な 材 料	おやつ ()内は、主な材料です。	日	曜	午前食	主 な 材 料	おやつ ()内は、主な材料です。
1	月	軟飯 煮魚 しろ菜の煮浸し	米 白身魚　かぼちゃ　三度豆 しろ菜　人参	にゅうめん （そうめん　鶏肉　ほうれん草 にんじん　椎茸）	18	木	軟飯 魚のコーンクリームソースがけ 小松菜の磯辺和え	米 白身魚　コーン　パセリ　人参　じゃがいも 小松菜　のり	ジャムサンド （麦ロール　苺ジャム）
2	火	軟飯 豆腐の中華煮 チンゲン菜の磯辺和え	米 豆腐　人参　椎茸　三度豆 チンゲン菜　のり	じゃがいものおやき （じゃがいも）	19	金	軟飯 煮魚 しろ菜の煮浸し	米 白身魚　かぼちゃ　三度豆 しろ菜　人参	煮込みうどん （うどん　鶏肉　椎茸 人参　三度豆）
6	土	軟飯 ツナとブロッコリーのうま煮 レタスと人参のスープ	米 ツナ　ブロッコリー　人参　しめじ　玉ねぎ レタス　人参	焼きバナナ （バナナ）	20	土	軟飯 ツナとブロッコリーのうま煮 レタスと人参のスープ	米 ツナ　ブロッコリー　人参　しめじ　玉ねぎ レタス　人参	かぼちゃの茶巾絞り （かぼちゃ）
8	月	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 白菜のおかか和え	米 鶏肉　かぼちゃ　三度豆 白菜　人参　かつおぶし	トマトリゾット （米　鶏肉　トマト 玉ねぎ　椎茸　三度豆）	22	月	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 白菜のおかか和え	米 鶏肉　かぼちゃ　三度豆 白菜　人参　かつおぶし	トマトかん （トマト　寒天）
9	火	軟飯 豆腐のみそ煮 じゃがいもスティック	米 豆腐　チンゲン菜　人参 じゃがいも	スイートポテト （さつまいも）	23	火	軟飯 豆腐のみそ煮 じゃがいもスティック	米 豆腐　チンゲン菜　人参 じゃがいも	苺蒸しパン （ホットケーキミックス 苺ジャム）
10	水	軟飯 ツナとキャベツのカレー風味煮込み ほうれん草の煮浸し	米 ツナ　キャベツ　玉ねぎ　人参 ほうれん草	かつおごはん （米　かつおぶし）	24	水	軟飯 ツナとキャベツのカレー風味煮込み ほうれん草の煮浸し	米 ツナ　キャベツ　玉ねぎ　人参 ほうれん草	グリンピースごはん （米　グリンピース）
11	木	軟飯 ポトフ かぼちゃグラッセ	米 鶏肉　じゃがいも　人参　玉ねぎ　チンゲン菜 かぼちゃ	りんごのコンポート （りんご）	25	木	軟飯 ポトフ かぼちゃグラッセ	米 鶏肉　じゃがいも　人参　玉ねぎ　チンゲン菜 かぼちゃ	りんごかん （りんごジュース　寒天）
12	金	軟飯 高野豆腐と大根のそぼろ煮 人参スティック	米 鶏肉　高野豆腐　大根　三度豆 人参	かぼちゃのおやき （かぼちゃ）	26	金	軟飯 豆腐の中華煮 チンゲン菜の磯辺和え	米 豆腐　人参　椎茸　三度豆 チンゲン菜　のり	ミルクかん （粉ミルク　寒天）
13	土	軟飯 煮豆腐 小松菜のみそ汁	米 豆腐　かぼちゃ 小松菜　しめじ　玉ねぎ　人参	さつまいもの茶巾絞り （さつまいも）	27	土	軟飯 煮豆腐 小松菜のみそ汁	米 豆腐　かぼちゃ 小松菜　しめじ　玉ねぎ　人参	粉ふきいもカレー風味 （じゃがいも　パセリ）
15	月	軟飯 白和え風煮 粉ふきいも	米 豆腐　しめじ　人参　三度豆 じゃがいも　青のり	野菜蒸しパン （ホットケーキミックス ブロッコリー　人参）	29	月	軟飯 白和え風煮 粉ふきいも	米 豆腐　しめじ　人参　三度豆 じゃがいも　青のり	バナナホットケーキ （ホットケーキミックス バナナ）
16	火	軟飯 ツナじゃが キャベツのおかか和え	米 ツナ　じゃがいも　玉ねぎ　人参 キャベツ　かつおぶし	のりポテト （じゃがいも　青のり）	30	火	軟飯 ツナじゃが キャベツのおかか和え	米 ツナ　じゃがいも　玉ねぎ　人参 キャベツ　かつおぶし	いもようかん （さつまいも　寒天）
17	水	軟飯 ツナと白菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ　白菜　人参　椎茸 ブロッコリー	そぼろごはん （米　鶏肉）	31	水	軟飯 ツナと白菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ　白菜　人参　椎茸 ブロッコリー	マカロニきな粉 （マカロニ　きな粉）

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューから刻んだり、味を薄めたり、潰したものを提供しています。
　前期食は、アクの少ない野菜をペースト状にして提供しています。
★後期食から、おやつを提供しています。
★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。