

2025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 木	軟飯 鶏じゃが 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 かつお節	スイートパンプキン (かぼちゃ)	19 月	軟飯 鶏じゃが 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 かつお節	野菜蒸しパン (ホットケーキミックス ブロッコリー 人参)
2 金	軟飯 ツナ大根 小松菜ののり和え	米 ツナ 大根 人参 小松菜 のり	煮込みうどん (うどん 鶏肉 椎茸 三度豆)	20 火	軟飯 ツナ大根 小松菜ののり和え	米 ツナ 大根 人参 小松菜 のり	りんごのコンポート (りんご)
7 水	軟飯 豆腐のみそ煮 白菜の煮浸し	米 豆腐 椎茸 三度豆 白菜 人参	米粉の苺蒸しパン (米粉のホットケーキミックス 苺ジャム)	21 水	軟飯 豆腐のみそ煮 白菜の煮浸し	米 豆腐 椎茸 三度豆 白菜 人参	きな粉ミルクかん (きな粉 豆乳 寒天)
8 木	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 ほうれん草 かつお節	かつおごはん (米 かつお節)	22 木	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ ほうれん草のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 ほうれん草 かつお節	小松菜としらすのごはん (米 小松菜 しらす干し)
9 金	軟飯 魚のカレー風味煮 人参スティック	米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 三度豆 人参	かぼちゃのお焼き (かぼちゃ)	23 金	軟飯 大根と高野豆腐のそぼろ煮 さつまいもスティック	米 高野豆腐 鶏肉 大根 人参 さつまいも	焼きバナナ (バナナ)
10 土	軟飯 豆腐の白和え風 小松菜のみそ汁	米 豆腐 ほうれん草 人参 椎茸 小松菜 玉ねぎ	バナナのきな粉和え (バナナ きな粉)	24 土	軟飯 豆腐の白和え風 小松菜のみそ汁	米 豆腐 ほうれん草 人参 椎茸 小松菜 玉ねぎ	りんごかん (りんご 寒天)
12 月	軟飯 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ ブロッコリー 人参 しめじ	みそおじや (米 鶏肉 三度豆 人参)	26 月	軟飯 煮魚 ブロッコリーのやわらか煮	米 白身魚 かぼちゃ ブロッコリー 人参 しめじ	かぼちゃの茶巾絞り (かぼちゃ)
13 火	軟飯 高野豆腐の含め煮 ほうれん草の煮浸し	米 高野豆腐 鶏肉 人参 三度豆 ほうれん草 えのき	米粉のかぼちゃ蒸しパン (米粉のホットケーキミックス かぼちゃ)	27 火	軟飯 高野豆腐の含め煮 ほうれん草の煮浸し	米 高野豆腐 鶏肉 人参 三度豆 ほうれん草 えのき	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)
14 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 かぼちゃの甘煮	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ 椎茸 かぼちゃ	ひじきごはん (米 鶏肉 ひじき 人参 椎茸)	28 水	軟飯 ツナとキャベツのトマト煮 かぼちゃの甘煮	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ 椎茸 かぼちゃ	わかめごはん (米 わかめ 人参)
15 木	軟飯 魚のみぞれ煮 のりポテト	米 白身魚 大根 白菜 人参 じゃがいも のり	きな粉マカロニ (マカロニ きな粉)	29 木	軟飯 野菜のトマト煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト キャベツ 人参 かつお節	さつまいものきな粉和え (さつまいも きな粉)
16 金	軟飯 野菜のトマト煮 キャベツのおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ トマト キャベツ 人参 かつお節	マカロニのトマト煮 (マカロニ 鶏肉 トマト ブロッコリー 玉ねぎ しめじ)	30 金	軟飯 魚のカレー風味煮 人参スティック	米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ 三度豆 人参	苺ホットケーキ (ホットケーキミックス 苺ジャム)
17 土	軟飯 赤ちゃんマーボー ほうれん草のスープ	米 豆腐 鶏肉 椎茸 人参 ほうれん草 えのき しめじ	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)	31 土	軟飯 赤ちゃんマーボー ほうれん草のスープ	米 豆腐 鶏肉 椎茸 人参 ほうれん草 えのき しめじ	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 椎茸 三度豆)

★この献立は後期食を基準に作成しています。中期食は、後期食のメニューを基に成長に合わせて固さや大きさ、味を調整しています。

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。(砂糖、塩、みそ、しょうゆなど)