

離乳食献立表

2023年5月

松戸ゆいのひ保育園

日付	離乳食完了期(12~18)※朝/おやつに牛乳がきます	離乳食後期(9~11)	離乳食中期(7~8)
1(月)	ごはん たまごスープ 納豆マーボー豆腐 ほうれん草のナムル オレンジ にんじんもち	全粥 にんじんスープ 豆腐のくず煮 ほうれん草の和え物 オレンジ にんじんケーキ	七倍粥 にんじんスープ 豆腐のくず煮 ほうれん草の和え物 オレンジ
2(火)	じゃこごはん すまし汁(豆腐・わかめ) こいのぼりバーグ キャベツのコーン煮 みかん缶 きなこおはぎ	しらす粥 豆腐のすまし汁 鶏ハンバーグ キャベツ煮 きなこ粥	しらす粥 豆腐のすまし汁 鶏団子煮 キャベツ煮
8(月)	ごはん みそ汁(かぼちゃ・なす) 白身魚のチーズ焼き 切干大根と高野豆腐の煮物 バナナ 寝入りフルーツポンチ	全粥 玉ねぎのみそ汁 白身魚の煮つけ 高野豆腐の煮物 バナナ 野菜粥	七倍粥 玉ねぎのみそ汁 白身魚のくず煮 バナナ
9(火)	食パン コンソメスープ さけのムニエル マカロニのケチャップ炒め パン缶 人参ケーキ	食パン じゃがいもとにんじんのスープ さけのくず煮 マカロニのケチャップ煮 にんじんホットケーキ	パン粥 じゃがいもとにんじんのスープ 鮭のくず煮 マカロニ煮
10(水)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・あげ) 高野豆腐と鶏ひき肉の煮物 ペイコト里芋(青のり) メロン チーズスティックパン	全粥 チンゲン菜のみそ汁 高野豆腐と鶏ひき肉の煮物 里芋の煮物 蒸しパン	七倍粥 チンゲン菜のみそ汁 高野豆腐と鶏ひき肉の煮物 里芋の煮物
11(木)	ゆかりごはん みそ汁(だいこん・あげ) 鶏肉のもやしあんかけ きんぴらごぼう(いんげん・ごま) オレンジ 塩昆布おにぎり	全粥 大根のみそ汁 鶏肉ともやし煮 にんじんといんげんの煮物 オレンジ 野菜粥	七倍粥 大根のみそ汁 鶏肉煮つけ オレンジ
12(金)	ごはん ボークビーンズ 切干大根のサラダ みかん缶 ひじきチャーハン	全粥 豚肉と大豆のトマトスープ煮 スティックきゅうり・にんじん 鶏そぼろ粥	七倍粥 鶏肉と大豆のトマトスープ煮 スティックきゅうり・にんじん
15(月)	カレーライス すまし汁(鮭・えのき) きゅうりのツナサラダ ヨーグルト(桃) シュガートースト	全粥 たまねぎのすまし汁 鶏ささみと野菜煮 きゅうりのツナサラダ シュガートースト	七倍粥 たまねぎのすまし汁 鶏ささみと野菜煮 きゅうり煮
16(火)	ごはん きのこスープ 鶏ささ身のケチャップかけ アスパラサラダ バナナ かしわもち風	ごはん チンゲン菜のスープ 鶏ささ身のケチャップ煮 アスパラサラダ バナナ 米粉パンケーキ	七倍粥 チンゲン菜のスープ 鶏ささ身のくず煮 アスパラサラダ バナナ
17(水)	ごはん 鶏と野菜のスープ 豆腐の五目焼き チンゲン菜のとろみ炒め(えのき) パン缶 ツナおにぎり	全粥 野菜のスープ 鶏ひき肉と豆腐煮 チンゲン菜のとろみ煮 ツナ粥	七倍粥 野菜のスープ 鶏ひき肉と豆腐煮 チンゲン菜のとろみ煮
18(木)	ツナトマトスパゲティ 豚肉とキャベツのスープ さつまいもマヨサラダ みかん缶 ブルーベリーケーキ	野菜うどん スティックサラダ パンケーキ	野菜うどん さつまいもサラダ
19(金)	ごはん もやしスープ 豚しゃぶ風和え物 さつま芋のレモン煮 オレンジ チャーハン	全粥 もやしスープ 鶏肉とキャベツの煮物 さつま芋煮 オレンジ 野菜粥	七倍粥 にんじんスープ 鶏肉とキャベツの煮物 さつま芋煮 オレンジ
22(月)	ごはん みそ汁(なす・あげ) さわらのごま焼き 昆布の煮物 みかん缶 ボンデケーキ	全粥 なすのみそ汁 かれないのくず煮 にんじん煮 いもち	七倍粥 なすのみそ汁 かれないのくず煮 にんじん煮 みかん缶
23(火)	食パン ポトフ 豆腐の五目焼き ブロッコリーのチーズサラダ オレンジ しぐれおにぎり	食パン じゃがいもスープ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとにんじんのサラダ オレンジ そぼろ粥	パン粥 じゃがいもスープ 豆腐ハンバーグ ブロッコリーとにんじんのサラダ オレンジ
24(水)	ごはん はるさめスープ(チンゲン菜) 鶏肉焼き ポテトサラダ パン缶 どら焼き	全粥 たまねぎスープ 鶏肉のそぼろ煮 ポテトサラダ ホットケーキ	七倍粥 たまねぎスープ 鶏肉のそぼろ煮 ポテトサラダ
25(木)	ごはん 豚汁 豚肉の香味焼き ブロッコリーと人参のサラダ バナナ マカロニきな粉	全粥 だいこんとにんじのみそ汁 鶏肉とねぎのくず煮 ブロッコリーのサラダ バナナ マカロニきな粉	七倍粥 だいこんとにんじのみそ汁 鶏肉とねぎのくず煮 ブロッコリーのサラダ バナナ
26(金)	ごはん みそ汁(切干しいんげん・玉ねぎ) 鶏肉のさっぱり甘酢ソース ひじきの煮物 もも缶 チーズコーン	全粥 玉ねぎのみそ汁 鶏肉のくず煮 にんじんの煮物 豆乳ホットケーキ	七倍粥 玉ねぎのみそ汁 鶏肉のくず煮 にんじんの煮物
29(月)	ごはん みそ汁(もやし・わかめ) 肉じゃが ほうれん草の磯和え パン缶 レーズン蒸しパン	全粥 豆腐のみそ汁 肉じゃが ほうれん草の和え物 蒸しパン	七倍粥 豆腐のみそ汁 肉じゃが ほうれん草の和え物
30(火)	ごはん 豆乳シチュー さけのコーンマヨ焼き 小松菜のツナ酢あえ もも缶 とりそぼろおにぎり	全粥 豆乳スープ さけのくず煮 小松菜のツナ和え とりそぼろ粥	七倍粥 豆乳スープ さけのくず煮 小松菜のツナ和え
31(水)	ごはん はるさめスープ 鶏肉のパン粉焼き 野菜のトマト煮 バナナ かぼちゃ団子風	全粥 チンゲン菜のスープ 鶏ささみのくず煮 野菜のトマト煮 バナナ かぼちゃ粥	七倍粥 チンゲン菜のスープ 鶏ささみのくず煮 野菜煮 バナナ