

令和7年5月



離乳食献立表



済美保育園

日		幼児食			午前	離乳食 5～6カ月頃	離乳食 7カ月頃～	
		午前	昼食	午後おやつ		昼食	午後	
1	木	牛乳	ごはん 豆腐のまさご揚げ きゅうりのごまあえ 麩のみそ汁	牛乳 クラッカー チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) すまし汁(麩1・野菜5)	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあん(豆腐20・ひき肉10・野菜20) すまし汁(麩1・野菜5)	ミルク おじや(米20・しらす干し2・野菜10) きゅうりサラダ(きゅうり20)
2	金	牛乳	かやくうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) すりつぶしバナナ(バナナ10)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) つぶしバナナ(バナナ20)	ミルク 肉入りおじや(米20・ひき肉10・野菜10) ほうれんそうのスープ(ほうれんそう15)
7	水	牛乳	ごはん チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトと野菜のマッシュ(じゃがいも20・野菜10) 野菜スープ(野菜10)	全がゆ(米20) クリームシチュー(ひき肉10・じゃがいも20・野菜20・牛乳30)	ミルク おじや(米20・野菜10) ヨーグルト(ヨーグルト40)
8	木	牛乳	ごはん 八宝菜 中華きゅうり	牛乳 ＊豆腐ドーナッツ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) キャベツスープ(キャベツ15)	全がゆ(米20) 野菜とミンチの吉野煮(ひき肉10・野菜25) キャベツスープ(麩1・キャベツ15)	ミルク 豆腐がゆ(米20・豆腐20・野菜10) すまし汁(野菜5)
9	金	牛乳	パン わんぱくハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(人参20) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) レバーと野菜の煮つけ(鶏レバー15・野菜25) 人参のやわらか煮(人参20)	ミルク フレンチトースト(パン20・卵10・牛乳10) きざみトマト(トマト20)
10	土	牛乳	焼そば 青梗菜とえのきのスープ	牛乳 おかき	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) チンゲンザイのスープ(チンゲンサイ15)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) キャベツのあえもの(野菜20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) チンゲンサイのスープ(チンゲンサイ15)
12	月	牛乳	ごはん ハヤシ汁 かぼちゃのチーズサラダ	飲むヨーグルト ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) オニオンスープ(玉ねぎ15)	全がゆ(米20) トマト煮込み(ひき肉15・野菜20・トマトピューレ) オニオンスープ(玉ねぎ15)	ミルク チーズがゆ(米20・チーズ2・野菜10) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ20)
13	火	牛乳	ごはん 魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのおかか和え 若竹汁	牛乳 ＊ｺｺｱとﾌﾟﾙｰﾝの 豆乳蒸パン	ミルク	5分がゆ(米10) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20)	全がゆ(米20) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20) すまし汁(野菜15・わかめ)	ミルク 蒸しパン(給食の1/2) ほうれんそうのあえもの(ほうれんそう20)
14	水	牛乳	ごはん 鶏のからあげケチャップあえ 胡瓜もみ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) おろしきゅうり(きゅうり15)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(麩1・ひき肉10・野菜20) きゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) オニオンスープ(玉ねぎ15)
15	木	牛乳	パン 春雨とちりめんの油炒め もやしと卵の中華スープ	牛乳 ＊マカロニの黄粉あえ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツののろろ煮(キャベツ20) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15)	全がゆ(米20) 春雨とちりめんのやわらか煮(春雨3・しらす干し2・ひき肉5・野菜15) 野菜入り卵スープ(卵5・野菜15)	ミルク マカロニの黄粉あえ(給食の1/2) スープ(BF)
16	金	牛乳	中華風炊き込みごはん 魚のから揚げ きゅうりのなめたけ和え 玉ねぎのすまし汁 バナナ	ゼリー	ミルク	おじや(米10・野菜10) 煮魚の野菜あんかけ(白身魚10・野菜15)	おじや(米20・野菜20) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20)	ミルク 肉入りおじや(米20・ひき肉10・野菜10) つぶしバナナ(バナナ20)
17	土	牛乳	パン ポークビーンズ えのきとわかめのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) ポテトスープ(じゃがいも10・野菜5)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(大豆15・野菜10・トマトジュース30) 野菜のあえもの(野菜20)	ミルク トーストがゆ(パン20・牛乳30) 野菜スープ(野菜20)
19	月	牛乳	ごはん 八宝菜 中華きゅうり	牛乳 ＊豆腐ドーナッツ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) キャベツスープ(キャベツ15)	全がゆ(米20) 野菜とミンチの吉野煮(ひき肉10・野菜25) キャベツスープ(麩1・キャベツ15)	ミルク 豆腐がゆ(米20・豆腐20・野菜10) すまし汁(野菜5)
20	火	牛乳	ごはん 鶏のからあげケチャップあえ 胡瓜もみ 玉ねぎのみそ汁	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15) おろしきゅうり(きゅうり15)	全がゆ(米20) 麩と野菜の煮物(麩1・ひき肉10・野菜20) きゅうりサラダ(きゅうり15)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) オニオンスープ(玉ねぎ15)
21	水	牛乳	ごはん ハヤシ汁 かぼちゃのチーズサラダ	飲むヨーグルト ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) オニオンスープ(玉ねぎ15)	全がゆ(米20) トマト煮込み(ひき肉15・野菜20・トマトピューレ) オニオンスープ(玉ねぎ15)	ミルク チーズがゆ(米20・チーズ2・野菜10) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ20)
22	木	牛乳	ごはん 魚のみそ煮 ほうれん草ともやしのおかか和え 若竹汁	牛乳 ＊ｺｺｱとﾌﾟﾙｰﾝの 豆乳蒸パン	ミルク	5分がゆ(米10) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20)	全がゆ(米20) 蒸魚の野菜あんかけ(白身魚15・野菜20) すまし汁(野菜15・わかめ)	ミルク 蒸しパン(給食の1/2) ほうれんそうのあえもの(ほうれんそう20)
23	金	牛乳	パン わんぱくハンバーグ トマト コーンとキャベツのスープ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(人参20) 野菜スープ(野菜15)	全がゆ(米20) レバーと野菜の煮つけ(鶏レバー15・野菜25) 人参のやわらか煮(人参20)	ミルク フレンチトースト(パン20・卵10・牛乳10) きざみトマト(トマト20)
24	土	牛乳	焼そば 青梗菜とえのきのスープ	牛乳 おかき	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) チンゲンザイのスープ(チンゲンサイ15)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) キャベツのあえもの(野菜20)	ミルク 野菜がゆ(米20・ひき肉10・野菜10) チンゲンサイのスープ(チンゲンサイ15)
26	月	牛乳	ごはん 豆腐のまさご揚げ きゅうりのごまあえ 麩のみそ汁	牛乳 クラッカー チーズ	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐の吉野煮(豆腐25・野菜10) すまし汁(麩1・野菜5)	全がゆ(米20) 豆腐のそぼろあん(豆腐20・ひき肉10・野菜20) すまし汁(麩1・野菜5)	ミルク おじや(米20・しらす干し2・野菜10) きゅうりサラダ(きゅうり20)
27	火	牛乳	ごはん チキンカレー ヨーグルトサラダ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトと野菜のマッシュ(じゃがいも20・野菜10) 野菜スープ(野菜10)	全がゆ(米20) クリームシチュー(ひき肉10・じゃがいも20・野菜20・牛乳30)	ミルク おじや(米20・野菜10) ヨーグルト(ヨーグルト40)
28	水	牛乳	ごはん 厚揚げと小松菜の和風炒め かぼちゃのみそ汁	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ(かぼちゃ20) 小松菜のスープ(小松菜15)	全がゆ(米20) 野菜のそぼろ煮(ひき肉10・野菜20) かぼちゃのやわらか煮(かぼちゃ30)	ミルク 牛乳がゆ(米20・野菜10・牛乳30) 野菜のやわらか煮(野菜20)
29	木	牛乳	パン 春雨とちりめんの油炒め もやしと卵の中華スープ	牛乳 ＊マカロニの黄粉あえ	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツののろろ煮(キャベツ20) 麩と野菜の煮物(麩1・野菜15)	全がゆ(米20) 春雨とちりめんのやわらか煮(春雨3・しらす干し2・ひき肉5・野菜15) 野菜入り卵スープ(卵5・野菜15)	ミルク マカロニの黄粉あえ(給食の1/2) スープ(BF)
30	金	牛乳	かやくうどん バナナ	牛乳 サブレ	ミルク	煮込みうどん(麺10・麩1・野菜20) すりつぶしバナナ(バナナ10)	煮込みうどん(麺20・ひき肉10・野菜25) つぶしバナナ(バナナ20)	ミルク 肉入りおじや(米20・ひき肉10・野菜10) ほうれんそうのスープ(ほうれんそう15)
31	土	牛乳	パン ポークビーンズ えのきとわかめのスープ	牛乳 せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜の軟らか煮(野菜20) ポテトスープ(じゃがいも10・野菜5)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(大豆15・野菜10・トマトジュース30) 野菜のあえもの(野菜20)	ミルク トーストがゆ(パン20・牛乳30) 野菜スープ(野菜20)