



5月 離乳食こんだてひょう

旭が丘保育園

日	曜	7か月から8か月頃	12か月から18か月頃
1	月	おかゆ ささみと野菜の煮物 野菜汁	白ごはん きざみのり 親子煮 みそ汁
2	火	おかゆ 煮魚 野菜の煮物 野菜汁	白ごはん 煮魚 野菜の煮物 みそ汁
6	土	おかゆ しらすと野菜の煮物 果物	ツナカレー フルーツポンチ
8	月	おかゆ ささみと豆腐の汁物 野菜の煮物	菜飯 マーボー豆腐 華風和え
9	火	おかゆ ささみと野菜の煮物 野菜汁	白ごはん みそ汁 ミートボール アスパラの胡麻和え
10	水	おかゆ 野菜の煮物 ささみと野菜の汁物	白ごはん ポークカレー 大根サラダ
11	木	おかゆ ささみと野菜の煮物 野菜汁 果物	キャロットパン 果物 豚肉と大豆の煮物 ジュリアンスープ
12	金	おかゆ ささみと野菜の煮物 豆腐と野菜のスープ	白ごはん 肉じゃが 豆腐のカレースープ
13	土	おかゆ ささみと野菜の汁物 果物	肉玉うどん 金時豆煮 果物
15	月	おかゆ じゃがいもの煮物 春野菜のスープ	白ごはん ごまふりかけ かぶ漬け じゃがいもの煮物 みそ汁
16	火	おかゆ 新じゃがとささみの煮物 すまし汁	白ごはん 新じゃがのとりみそ田楽 すまし汁
17	水	おかゆ ささみと野菜の煮物 みそ汁	キャロットピラフ 和風サラダ みそ汁
18	木	食パン 野菜の煮物 ささみと野菜のスープ 果物	ロールパン クリームシチュー コールスローサラダ 果物
19	金	おかゆ 野菜スープ 春野菜と車麩の煮物 果物	白ごはん 春野菜の煮しめ 野菜スープ 果物
20	土	おかゆ 野菜スープ 野菜の煮物	やきそば 中華風野菜スープ
22	月	おかゆ 野菜汁 ささみと野菜の煮物 果物	白ごはん 干草焼 野菜汁 果物
23	火	おかゆ 野菜の煮物 ささみと野菜のスープ	コーンライス サラダステーキ おひたし 根菜と鶏肉のスープ
24	水	おかゆ 野菜の煮物 ささみと野菜のスープ	やきそば フレッシュサラダ
25	木	食パン じゃがいもの煮物 トマトと卵のスープ	食パン ジャーマンポテト トマトと卵のスープ
26	金	おかゆ ささみと野菜の煮物 豆腐と野菜の汁物	白ごはん 八宝菜 みそ汁
27	土	肉玉うどん 果物	肉玉うどん 金時豆煮 果物
29	月	おかゆ 野菜汁 煮魚 花野菜の煮物	白ごはん みそ汁 煮魚 花野菜のサラダ
30	火	食パン ささみの煮物 野菜汁	ロールパン 鶏の煮物 切干大根のおひたし チンゲン菜とわかめのスープ
31	水	おかゆ 野菜の煮物 ささみと野菜の汁物	きのこスパゲティ 卵サラダ
調理形態		歯茎でつぶせるかたさ 豆腐くらい	歯茎でかめるかたさ 肉団子くらい

食材の都合により、メニューの変更もあります