

令和 6年 5月離乳食献立表 No. 1

日付		曜	初期
1	15/29	水	①粥ペースト ②人参のポタージュ ③ほうれん草のマッシュ ③さつまいものマッシュ
2	16/30	木	①粥ペースト ②南瓜のポタージュ ③小松菜のマッシュ ③大根のマッシュ
/	17/31	金	①粥ペースト ②キャベツのポタージュ ③人参のマッシュ ③じゃが芋のマッシュ
/	18	土	①粥ペースト ②ほうれん草のポタージュ ③大根のマッシュ ③南瓜のマッシュ
/	20	月	①粥ペースト ②人参のポタージュ ③玉ねぎのマッシュ ③小松菜のマッシュ
7	21	火	①粥ペースト ②さつまいものポタージュ ③人参のマッシュ ③キャベツのマッシュ
8	22	水	①粥ペースト ②人参のポタージュ ③じゃが芋のマッシュ ③ほうれん草のマッシュ
9	23	木	①粥ペースト ②小松菜のポタージュ ③人参のマッシュ ③玉ねぎのマッシュ
10	24	金	①粥ペースト ②さつまいものポタージュ ③キャベツのマッシュ ③南瓜のマッシュ
11	25	土	①粥ペースト ②ほうれん草のポタージュ ③人参のマッシュ ③玉ねぎのマッシュ
13	27	月	①粥ペースト ②じゃが芋のポタージュ ③キャベツのマッシュ ③南瓜のマッシュ
14	28	火	①粥ペースト ②小松菜のポタージュ ③大根のマッシュ ③人参のマッシュ

☆材料の都合により献立を変更することがあります

令和6年5月 離乳 午前食献立表 No. 2

日付		曜	中期前半	中期後半
1	15/29	水	①7倍粥 ②じゃが芋のスープ ③鶏ささみと南瓜煮 ④もやしときゅうり煮	①5倍粥 ②じゃが芋のスープ ③鶏ささみと南瓜煮 ④もやしときゅうり煮
2	16/30	木	①7倍粥 ②大根のみそ汁 ③豆腐の青のり煮 ④しらすと南瓜煮	①5倍粥 ②大根のみそ汁 ③豆腐の青のり煮 ④しらすと南瓜煮
	17/31	金	①7倍粥 ②さつまいものスープ ③鶏ひきと肉と人参煮 ④キャベツともやし煮	①5倍粥 ②さつまいものスープ ③鶏ひきと肉と人参煮 ④キャベツともやし煮
	18	土	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ③しらすと小松菜煮 ④じゃが芋煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ③しらすと小松菜煮 ④じゃが芋煮
	20	月	①7倍粥 ②白菜のスープ ③豆腐とほうれん草煮 ④ひじきと南瓜煮	①5倍粥 ②白菜のスープ ③豆腐とほうれん草煮 ④ひじきと南瓜煮
7	21	火	①7倍粥 ②さつまいものみそ汁 ③鮭のあんかけ煮 ④小松菜と人参煮	①5倍粥 ②さつまいものみそ汁 ③鮭のあんかけ煮 ④小松菜と人参煮
8	22	水	①7倍粥 ②キャベツのスープ ③豆腐とひじき煮 ④じゃが芋と人参煮	①5倍粥 ②キャベツのスープ ③豆腐とひじき煮 ④じゃが芋と人参煮
9	23	木	①7倍粥 ②ほうれん草のみそ汁 ③カレーと玉ねぎ煮 ④きゅうりと人参煮	①5倍粥 ②ほうれん草のみそ汁 ③カレーと玉ねぎ煮 ④きゅうりと人参煮
10	24	金	①7倍粥 ②人参のスープ ③鶏ささ身の青のり煮 ④じゃが芋煮	①5倍粥 ②人参のスープ ③鶏ささ身の青のり煮 ④じゃが芋煮
11	25	土	①煮込みうどん(小松菜・玉ねぎ) ③たらとじゃが芋煮 ④きゅうりと人参煮	①煮込みうどん(小松菜・玉ねぎ) ③たらとじゃが芋煮 ④きゅうりと人参煮
13	27	月	①7倍粥 ②そうめんのスープ ③カレーの青のり煮 ④人参と小松菜煮	①5倍粥 ②そうめんのスープ ③カレーの青のり煮 ④人参と小松菜煮
14	28	火	①7倍粥 ②もやしのみそ汁 ③鮭のあんかけ ④トマトとほうれん草煮	①5倍粥 ②もやしのみそ汁 ③鮭のあんかけ ④トマトとほうれん草煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります

令和6年5月離乳 午後食献立表 No. 3

日付		曜	中期前半	中期後半
1	15/29	水	①7倍粥 ②そうめんのみそ汁 ③カレイの青のり煮 ④キャベツと人参煮	①5倍粥 ②そうめんのみそ汁 ③カレイの青のり煮 ④キャベツと人参煮
2	16/30	木	①7倍粥 ②きゅうりのスープ ③たらと人参煮 ④じゃが芋煮	①5倍粥 ②きゅうりのスープ ③たらと人参煮 ④じゃが芋煮
/	17/31	金	①7倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③鮭とほうれん草のあんかけ ④南瓜煮	①5倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③鮭とほうれん草のあんかけ ④南瓜煮
/	18	土	①7倍粥 ②トマトのスープ ③鶏ささ身とキャベツ煮 ④きゅうりと人参煮	①5倍粥 ②トマトのスープ ③鶏ささ身とキャベツ煮 ④きゅうりと人参煮
/	20	月	煮込みうどん (キャベツ・人参) ③カレイと小松菜煮 ④さつま芋煮	煮込みうどん (キャベツ・人参) ③カレイと小松菜煮 ④さつま芋煮
7	21	火	①7倍粥 ②豆腐のスープ ③鶏ささみときゅうり煮 ④人参とほうれん草煮	①5倍粥 ②豆腐のスープ ③鶏ささみときゅうり煮 ④人参とほうれん草煮
8	22	水	①にゅうめん (白菜・小松菜) ③たらのみそ煮 ④トマトと玉ねぎ煮	①にゅうめん (白菜・小松菜) ③たらのみそ煮 ④トマトと玉ねぎ煮
9	23	木	①7倍粥 ②もやしのスープ ③鶏ひき肉と小松菜煮 ④南瓜煮	①5倍粥 ②もやしのスープ ③鶏ひき肉と小松菜煮 ④南瓜煮
10	24	金	①7倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③ほうれん草としらす煮 ④もやしと人参煮	①5倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③ほうれん草としらす煮 ④もやしと人参煮
11	25	土	①7倍粥 ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉と人参煮 ④ほうれん草と玉ねぎ煮	①5倍粥 ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉と人参煮 ④ほうれん草と玉ねぎ煮
13	27	月	①7倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③豆腐とキャベツ煮 ④南瓜煮	①5倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③豆腐とキャベツ煮 ④南瓜煮
14	28	火	①7倍粥 ②さつま芋のスープ ③大根の鶏そぼろあん ④白菜と人参煮	①5倍粥 ②さつま芋のスープ ③大根の鶏そぼろあん ④白菜と人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります

令和6年5月離乳食献立表 後期食


日付		曜	後期 午前食	後期 午後食
1	15/29	水	①3倍粥 ②じゃが芋のスープ ③鶏ささみと南瓜炒め煮 ④もやしときゅうりの和えもの	①3倍粥 ②そうめんのみそ汁 ③カレイの青のり焼き ④キャベツと人参の炒め煮
2	16/30	木	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③豆腐の青のり和え④しらすと南瓜の炒め煮	①3倍粥 ②きゅうりのスープ ③たらと人参の炒め煮 ④じゃが芋のお焼き
/	17/31	金	①3倍粥 ②さつま芋のスープ ③豚ひきと肉と人参煮④キャベツともやし和え	①3倍粥 ②玉ねぎのみそ汁 ③鮭とほうれん草の炒めあんかけ ④南瓜煮
/	18	土	①あんかけスパゲティ(玉ねぎ・人参) ③しらすと小松菜煮 ④じゃが芋の炒め煮	①3倍粥 ②トマトのスープ ③鶏ささ身とキャベツの炒め煮 ④きゅうりと人参の和え物
/	20	月	①3倍粥 ②白菜のスープ ③豆腐とほうれん草の炒め煮④ひじきと南瓜煮	煮込みうどん(キャベツ・人参) ③カレイと小松菜の炒め煮 ④さつま芋のきなこ和え
7	21	火	①3倍粥 ②さつま芋のみそ汁 ③鮭のきなこ焼き ④小松菜と人参の炒め煮	①3倍粥 ②豆腐のスープ ③鶏ささみときゅうりの炒め煮 ④人参とほうれん草の和えもの
8	22	水	①3倍粥 ②キャベツのスープ ③豆腐とひじき炒め煮④じゃが芋と人参煮	①あんかけスパゲティ(白菜・小松菜) ③たらのみそ焼き ④トマトと玉ねぎの炒め煮
9	23	木	①3倍粥 ②ほうれん草のみそ汁 ③カレイと玉ねぎ煮 ④きゅうりと人参の和え物	①3倍粥 ②もやしのスープ ③豚ひき肉と小松菜煮 ④南瓜煮
10	24	金	①3倍粥 ②人参のスープ ③鶏ささ身の青のり焼き ④じゃが芋のお焼き	①3倍粥 ②豆腐のみそ汁 ③ほうれん草としらす炒め煮 ④もやしと人参の和え物
11	25	土	①あんかけスパゲティ(小松菜・玉ねぎ) ③たらとじゃが芋の炒め煮 ④きゅうりと人参の和え物	①3倍粥 ②大根のみそ汁 ③豚ひき肉と人参煮 ④ほうれん草と玉ねぎの炒め煮
13	27	月	①3倍粥 ②そうめんのスープ ③カレイのきなこ焼き ④人参と小松菜煮	①3倍粥 ②じゃが芋のみそ汁 ③豆腐とキャベツの炒め煮 ④南瓜のおやき
14	28	火	①3倍粥 ②もやしのみそ汁 ③鮭の照り焼き④トマトとほうれん草煮	①3倍粥 ②さつま芋のスープ ③大根の鶏そぼろあん ④白菜と人参炒め煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



日付	曜	午前おやつ		午前食		午後食		主な材料	熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1	15/29	水	(1)ミレービスケット	①軟飯 ②みそ汁(わかめ・長葱) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①みかん ヨーグルト ⑥りんごジュース	米・じゃが芋 油 エッグケア	豚肉 ヨーグルト みそ	わかめ・長葱 もやし・人参・玉ねぎ しょうが・きゅうり みかん缶・コーン			
2	16/30	木	(1)ペビスティック	①ドライカレー (5/2のみこいのぼりご飯) ②中華スープ(あさつき・えのき) ④チンゲン菜の和え物 ⑤フルーツ	①焼き春巻き 16/30 プリン ⑥牛乳	米・油・バター カレールウ・ごま油 2日 こしあん・苜蓿の皮 16/30日 プリンの蒸	豚肉 牛乳 みそ	16/30日 みかん 人参・レーズン・えのき 玉ねぎ・わかめ・ピーマン・あさつき チンゲン菜・キャベツ			
	17/31	金	(1)ペビスティック	①ガーリックトースト ②スープ(キャベツ・コーン) ③ポークビーンズ ④ブロッコリー ⑤フルーツ	①五目ごはん(軟飯) ⑥牛乳	食パン・バター 油・エッグケア じゃが芋 米	豚肉 大豆 鶏肉 油揚げ	キャベツ・コーン 人参・玉ねぎ・トマト ブロッコリー・パセリ にんにく・ごぼう・椎茸			
	18	土	⑥牛乳	①けんちんうどん ④ふかし芋 ⑤フルーツ	(1)かやくおにぎり(軟飯) ⑥牛乳	うどん さつま芋 米	豚肉・鶏肉 豆腐 牛乳	人参・ごぼう 大根・あさつき しいたけ みつば			
7	21	火	(1)ペビスティック	①軟飯 ②清汁(春雨・みつば) ③カレイの照り焼き ④キャベツソテー ⑤フルーツ	(1)お駄のきなこラスク ⑥牛乳	米・油・ごま油 春雨 お駄・バター きなこ	カレイ 牛乳	キャベツ・人参 玉ねぎ・みつば			
8	22	水	(1)ミレービスケット	①軟飯 ②みそ汁(油揚げ・長葱) ③肉じゃが ④キャベツのゆかり和え ⑤フルーツ	①南瓜の豆乳ケーキ ⑥牛乳	米・しらたき じゃが芋 油 ホットケーキミックス	豚肉 牛乳 油揚げ・みそ	長葱・南瓜 玉ねぎ・人参・ゆかり グリーンピース キャベツ・きゅうり			
9	23	木	(1)ペビスティック	①ビビンバ(軟飯) ②みそ汁(白菜・あさつき) ④小松菜とコーンのナムル ⑤フルーツ	①マーブルクッキー ⑥牛乳	米 小麦粉・バター ごま油	豚肉 牛乳 みそ	白菜・あさつき 玉ねぎ・小松菜・ほうれん草 もやし・コーン 人参・ココア			
10	24	金	(1)ペビスティック	①ミートソーススパゲティ ②スープ(もやし・コーン) ④ブロッコリーとツナのサラダ ⑤フルーツ	(1)ひじきチャーハン(軟飯) ⑥牛乳	米 スパゲティ 油・ごま油	豚肉 牛乳 ツナ	玉ねぎ・人参・ひじき ピーマン・コーン もやし ブロッコリー・キャベツ			
11	25	土	⑥牛乳	①みそもやしラーメン ③じゃが芋のカレーソテー ⑤フルーツ	(1)こぎつねごはん(軟飯) ⑥牛乳	中華麺 油・ごま油 じゃが芋・カレー粉 米	豚肉 みそ・油揚げ ウィンナー 牛乳	もやし・キャベツ にら・人参/ 長葱・コーン・小松菜 玉ねぎ・ピーマン			
13	27	月	①星パフ	①軟飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③鮭フライ ④カリフラワーとキャベツソテー ⑤フルーツ	①ブルーベリーマフィン ⑥牛乳	米 ホットケーキミックス 油 パン粉・小麦粉	鮭 みそ 牛乳 豆乳	カリフラワー・ピーマン キャベツ・人参 なめこ・みつば ブルーベリージャム			
14	28	火	(1)ペビスティック	①菜めしごはん(軟飯) ②清汁(小松菜・えのき) ③唐揚げ ④フレンチコールスロー ⑤フルーツ	①オレンジかん ⑥牛乳	米 油 片栗粉	鶏肉 牛乳	菜めしの素・小松菜 キャベツ・えのき 人参・コーン・寒天 みかん缶・オレンジジュース			

☆お楽しみ給食☆

20		月	⑥ヨーグルト	①ツナピラフ(軟飯) ②春野菜スープ ③ミートローフ ④野菜の付け合わせ ⑤フルーツ	①いちごショートケーキ ⑥牛乳	米 油 パン粉	ツナ ウィンナー 豚肉 牛乳・ホイップ	玉ねぎ・人参 ピーマン・コーン 春キャベツ・玉ねぎ ブロッコリー・いちご
----	---	---	--------	---	--------------------	---------------	------------------------------	---

☆材料の都合により献立を変更することがあります