


2018年度

5月 離乳食献立表 同胞こども園

日	曜	5・6か月ごろ	7・8か月ごろ	9～11か月ごろ	使用食材	おやつ
1	火	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	具入りご飯 わかめスープ	具入りご飯 わかめスープ	鶏ミンチ 人参 もやし わかめ ニラ	マーガリントースト
2	水	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	あんかけご飯 野菜の和え物	鶏バーグ サラダ	鶏ミンチ 玉葱 人参 胡瓜 (ケチャップ マヨドレ)	おかし
3	木	憲法記念日				
4	金	みどりの日				
5	土	こどもの日				
7	月	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	あんかけご飯 野菜の和え物	あんかけご飯 コールスロー	鶏肉 じゃがいも 人参 玉葱 キャベツ 胡瓜 (ケチャップ マヨドレ)	おかし
8	火	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	けんちん汁風 もつ煮	けんちん汁風 もつ煮	鶏肉 鶏肝臓 豆腐 さといも 人参 大根 ねぎ	シュガートースト
9	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	白身魚のあんかけ 具沢山汁	白身魚の煮付け 具沢山汁	白身魚 鶏肉 人参 大根 玉葱 ねぎ (みそ)	ホットケーキ
10	木	こしがゆ(おもゆ) ほうれん草のペースト	二色ごはん 清汁	二色ごはん 清汁	鶏ミンチ 麩 ほうれん草 大根 人参 ねぎ (ジャコ)	牛乳寒天 おかし
11	金	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	大豆と野菜の煮物 ほうれん草の和え物	大豆のミートソース煮風 ほうれん草の和え物	鶏ミンチ 大豆 玉葱 人参 ほうれん草 (ケチャップ)	おかし
12	土	こしがゆ(おもゆ) ブロッコリーのペースト	あんかけご飯	あんかけご飯	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 ブロッコリー	おかし
14	月	こしがゆ(おもゆ) さつまいものペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜の煮物 みそスープ	鶏肉 さつまいも 玉葱 人参 (みそ 牛乳)	食パン
15	火	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚 豆腐 キャベツ 玉葱 人参 わかめ ねぎ	粉ふきいも
16	水	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	スパゲティ煮 野菜の和え物	スパゲティ煮 サラダ	鶏肉 さつまいも 玉葱 胡瓜 人参 ほうれん草 (マヨドレ)	わかめごはん
17	木	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	具入りご飯 スープ	具入りご飯 スープ	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 ピーマン	おかし
18	金	こしがゆ(おもゆ) かぶのペースト	あんかけご飯 野菜の和え物	あんかけご飯 サラダ	鶏肉 じゃがいも 人参 玉葱 かぶ 胡瓜 (ツナ マヨドレ)	蒸しパン
19	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけご飯	あんかけご飯	鶏肉 玉葱 人参 ねぎ	おかし
21	月	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	白身魚と野菜の煮物 清汁	白身魚の煮付け 大豆入りひじき煮 みそ汁	白身魚 大豆 人参 大根 わかめ ねぎ (ひじき)	おかし
22	火	こしがゆ(おもゆ) 玉葱のペースト	鶏肉と野菜の煮物 スープ	鶏肉と野菜のケチャップ煮 スープ	鶏肉 玉葱 人参 (ケチャップ)	マヨドレトースト
23	水	こしがゆ(おもゆ) 豆腐のペースト	あんかけご飯 野菜の和え物	あんかけご飯 即席漬け風	鶏ミンチ 豆腐 玉葱 人参 胡瓜 大根 キャベツ	バナナ おかし
24	木	こしがゆ(おもゆ) キャベツのペースト	うどん煮	うどん煮	鶏肉 キャベツ 玉葱 もやし ねぎ 人参	ゆかりごはん
25	金	こしがゆ(おもゆ) 白菜のペースト	筑前煮風 白菜の和え物	筑前煮風 白菜の和え物	鶏肉 人参 大根 いんげん 白菜	お好み焼き風
26	土	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	混ぜご飯	混ぜご飯	鶏肉 人参 三つ葉	おかし
28	月	こしがゆ(おもゆ) 人参のペースト	あんかけご飯 野菜の和え物	あんかけご飯 野菜の和え物	鶏肉 人参 白菜 もやし	マカロニのきな粉和え
29	火	こしがゆ(おもゆ) じゃがいものペースト	肉じゃが風 胡瓜の和え物	肉じゃが風 胡瓜の和え物	鶏肉 じゃがいも 玉葱 人参 胡瓜	おかし
30	水	こしがゆ(おもゆ) 小松菜のペースト	白身魚と野菜の煮物 納豆和え	白身魚と野菜の煮物 納豆和え	白身魚 納豆 小松菜 人参 大根 わかめ ねぎ (みそ)	オレンジ おかし
31	木	こしがゆ(おもゆ) 大根のペースト	鶏肉と野菜の煮物 野菜の和え物	南瓜とほうれん草のシュー サラダ	鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ ほうれん草 キャベツ (マヨドレ)	わかめごはん

※7・8はおかゆ、9～11は軟飯が主食です おやつは後期のみです。
 ()は9～11のみの食材です。※月齢で異なる時もあります。
 食材の状況により変更する場合があります。

