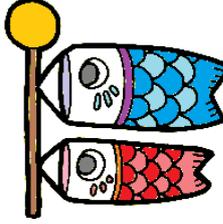


令和元年度 5月 離乳食献立表 (NO1)

保育課

日	A(初期) 6か月	B(中期) 7~8か月	C(後期) 9~11か月	D(完了期) 12~18か月
1 水 2 木 3 金 4 土 6 月	 <p>国民の休日 国民の休日 憲法記念日 みどりの日 こどもの日振替休日</p> 			
7 ・ 21 ・ 火	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶ ん) 煮野菜(じゃがいも・に んじん・キャベツ・だし汁・でん ぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・にんじん・だし 汁・でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>ツナ粥(米・ツナ水煮缶よく水洗い)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 豚肉と小松菜の炒め物(調味 料1/3、しょうが少量、もやし細かく刻 む、たけのこ抜く、卵1/3量まで)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>ツナそばろご飯(調味料1/3量)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 豚肉と小松菜の炒め物(調味料半 量、しょうが少量、もやし細かく刻む、 卵2/3量まで)</p> <p>育児用ミルク又は牛乳又は麦茶</p> <p>ツナそばろご飯(調味料半量)</p>
8 ・ 22 ・ 水	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 魚のミルク煮(白身魚・育児用 ミルク・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・にんじん・ だし汁・でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 鶏肉のミルク煮(鶏ささみ肉・育児用ミル ク・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぶん) 生しいたけとにんじんの汁もの(しいた け(すりつぶす)・にんじん・だし汁)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>マカロニトマト煮(マカロニ・玉ねぎ・だし 汁・トマトピューレ・でんぶん)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 鶏肉のみそマヨーグル焼き(調 味料1/3量、マヨネーズ少量、適宜煮 返す) ゆで野菜(調味料1/3量) ビーフンスープ(だし汁で3倍に薄 める、しょうが少量、えびぬく、しいた けすりつぶす)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>マカロニミートソース (調味料1/3量、ケチャップ少量)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 鶏肉のみそマヨーグル焼き(調味 料半量、マヨネーズ少量) ゆで野菜(調味料半量) ビーフンスープ(だし汁で2倍に薄め る、しょうが少量)</p> <p>育児用ミルク又は牛乳又は麦茶</p> <p>マカロニミートソース (調味料半量、ケチャップ少量)</p>
9 ・ 23 ・ 木	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶ ん) 煮野菜(玉ねぎ・キャベツ・だ し汁・でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮スパゲティ(スパゲティ・だし汁) キャベツと玉ねぎの汁物(キャベツ・玉ね ぎ・だし汁)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>にんじん粥(米・にんじん)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 魚の和風ステーキ(調味料1/3量) スパゲティソテー(調味料1/3量) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし 汁で3倍に薄める)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>きつねご飯のかた粥 (調味料1/3量、油揚げ抜く)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 魚の和風ステーキ(調味料半量) スパゲティソテー(調味料半量) キャベツと玉ねぎのみそ汁(だし汁 で2倍に薄める)</p> <p>育児用ミルク又は牛乳又は麦茶</p> <p>きつねご飯の軟飯 (調味料半量、油揚げ細かく刻む)</p>
10 ・ 24 ・ 金	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐・だし 汁・でんぶん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・ じゃがいも・だし汁・でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐・にんじん・だし 汁・でんぶん) じゃがいもと玉ねぎの汁物(じゃがいも・ 玉ねぎ・だし汁)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>しらす粥(米・しらす干し湯通し)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 じゃがいもと生揚げの煮物(調味 料1/3量、生揚げ外側除く、グリーン ピース薄皮除くもしくは抜く、つきこ んにやく抜く) 麩とわかめのすまし汁(だし汁で 3倍に薄める、えのき細かく刻む)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>しらすチャーハンのかた粥 (調味料1/3、しらす干し湯通し)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 じゃがいもと生揚げの煮物(調味料 半量、生揚げ外側除く、グリーンピース 薄皮除くもしくは抜く、つきこんにやく 抜く) 麩とわかめのすまし汁(だし汁で2 倍に薄める、えのき細かく刻む)</p> <p>育児用ミルク又は牛乳又は麦茶</p> <p>しらすチャーハンの軟飯 (調味料半量、しらす干し湯通し)</p>
11 ・ 25 土	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶ ん) 煮野菜(にんじん・じゃ がいも・小松菜葉先・だし汁・ でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・小松菜・だし汁・ でんぶん) じゃがいもと玉ねぎの汁物(じゃがいも・ 玉ねぎ・だし汁)</p> <p>育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 豚肉のみそ炒め(調味料1/3量) じゃがいもと玉ねぎのスープ(だ し汁で3倍に薄める)</p> <p>育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 豚肉のみそ炒め(調味料半量) じゃがいもと玉ねぎのスープ(だし 汁で2倍に薄める)</p>
13 ・ 27 ・ 月	<p>朝おやつ 育児用ミルク</p> <p>昼食 つぶし粥 凍り豆腐の煮物(凍り豆腐・ だし汁・でんぶん) 煮野菜 (にんじん・じゃがいも・小松菜 葉先・だし汁・でんぶん)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>おやつ 育児用ミルク</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>お粥 凍り豆腐の煮物(凍り豆腐・じゃがいも・だ し汁・でんぶん) にんじんと小松菜の汁物(にんじん・小 松菜・だし汁)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>青のり粥(米・青のり)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト</p> <p>かた粥 いりどり(調味料1/3量、たけのこ・ こんにやく・ごぼう抜く) あおなともやしのみそ汁(だし汁 で3倍に薄める、もやし細かく刻む)</p> <p>育児用ミルク</p> <p>ごはんピザのかた粥(調味料1/3 量、ベーコン・マヨネーズ少量)</p>	<p>育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳</p> <p>軟飯 いりどり(調味料半量、こんにやく抜く) あおなともやしのみそ汁(だし汁で 2倍に薄める、もやし細かく刻む)</p> <p>育児用ミルク又は牛乳又は麦茶</p> <p>ごはんピザの軟飯(調味料半量、 ベーコン・マヨネーズ少量)</p>

日	A (初期) 6か月	B (中期) 7~8か月	C (後期) 9~11か月	D (完了期) 12~18か月
14 ・ 28 ・ 火	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のミルク煮(豆腐・育児用ミルク・でんぶん) 煮野菜(なす(皮をむく)・にんじん・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 豆腐のミルク煮(豆腐・育児用ミルク・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぶん) なすと玉ねぎの汁もの(なす(皮をむく)・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ポテト入り厚焼き玉子(調味料1/3、ケチャップ少量、卵1/3量まで) 湯通しキャベツ(調味料1/3量) 豆腐となすのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、なす皮をむく)	軟飯 ポテト入り厚焼き玉子(調味料半量、ケチャップ少量、卵2/3量まで) 湯通しキャベツ(調味料半量) 豆腐となすのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、なす皮をむく)
15 ・ 29 ・ 水	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(小松菜葉先・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 鶏肉と野菜の煮物・鶏ささみ肉・だし汁・でんぶん 野菜の磯煮(小松菜・のり・だし汁・でんぶん) 玉ねぎの汁もの(玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 鶏肉のガーリック焼き(調味料1/3量、ニンニク少量、適宜煮返す) 小松菜のおひたし(調味料1/3量) 油揚げと玉ねぎのみそ汁(だし汁で3倍に薄める、油揚げ抜く)	軟飯 鶏肉のガーリック焼き(調味料半量、ニンニク少量、適宜煮返す) 小松菜のおひたし(調味料半量) 油揚げと玉ねぎのみそ汁(だし汁で2倍に薄める、油揚げ細かく)
16 ・ 30 ・ 木	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・にんじん・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・きゅうり・だし汁・でんぶん) にんじんと玉ねぎの汁もの(にんじん・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 さわらのみそ焼き(調味料1/3量) キャベツときゅうりのゴマあえ(調味料1/3量、ごまよくする) わかめスープ(だし汁で3倍に薄める、わかめよく洗う、たけのこ抜く、しょうが少量)	軟飯 さわらのみそ焼き(調味料半量) キャベツときゅうりのゴマあえ(調味料半量、ごまよくする) わかめスープ(だし汁で2倍に薄める、わかめよく洗う、しょうが少量)
17 ・ 31 ・ 金	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 豆腐のだし煮(豆腐・だし汁・でんぶん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 豆腐と野菜の煮物(豆腐・にんじん・だし汁・でんぶん) 春雨と玉ねぎの汁物(春雨・玉ねぎ・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 マーボー豆腐(調味料1/3量、にんにく・しょうが・ケチャップ少量、パプリカ抜く) 春雨スープ(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む、たけのこ抜く)	軟飯 マーボー豆腐(調味料半量、にんにく・しょうが・ケチャップ少量) 春雨スープ(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
18 ・ 土	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(じゃがいも・チンゲン菜葉先・にんじん・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・じゃがいも・だし汁・でんぶん) チンゲン菜とにんじんの汁物(チンゲン菜・にんじん・だし汁) 育児用ミルク	かた粥 ツナと野菜の煮物(調味料1/3量、ツナ缶水洗い、グリーンピース薄皮除くもしくは抜く、しらたき抜く) チンゲン菜ともやしの汁物(だし汁で3倍に薄める、もやし細かく刻む)	軟飯 ツナと野菜の煮物(調味料半量ツナ缶水洗い、グリーンピース薄皮除くもしくは抜く、しらたき細かく刻むもしくははめく) チンゲン菜ともやしの汁物(だし汁で2倍に薄める、もやし細かく刻む)
20 ・ 月	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(じゃがいも・小松菜葉先・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 魚と野菜の煮物(白身魚・さやいんげん・だし汁・でんぶん) じゃがいもと小松菜の汁物(じゃがいも・小松菜・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	かた粥 豚肉のケチャップ煮(調味料1/3量、ケチャップ少量) じゃがいもと小松菜のスープ(だし汁で3倍に薄める)	軟飯 豚肉のケチャップ煮(調味料半量、ケチャップ少量) じゃがいもと小松菜のスープ(だし汁で2倍に薄める)
お誕生会	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	昼食 つぶし粥 煮魚(白身魚・だし汁・でんぶん) 煮野菜(にんじん・玉ねぎ・キャベツ・だし汁・でんぶん) 育児用ミルク	お粥 野菜と魚の煮物(白身魚・玉ねぎ・だし汁・でんぶん) 煮野菜(キャベツ・だし汁・でんぶん) 麩と小松菜の汁物(麩・小松菜・だし汁) 育児用ミルク	チキンライスのかた粥(ケチャップ少量、コーン抜く、グリーンピース薄皮除くもしくは抜く) 鮭のムニエル(調味料1/3量) コールスロー(調味料1/3量、ごまよくする) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で3倍に薄める、えのき細かく刻む)	チキンライスの軟飯(ケチャップ少量、コーン抜く、グリーンピース薄皮除くもしくは抜く) 鮭のムニエル(調味料半量) コールスロー(調味料半量、ごまよくする) 麩とえのきだけのすまし汁(だし汁で2倍に薄める、えのき細かく刻む)
お誕生会	朝おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト	育児用ミルク・ヨーグルト又は牛乳
	おやつ 育児用ミルク	育児用ミルク ふわふわせんべい メロン(加熱)	育児用ミルク ふわふわせんべい メロン	育児用ミルク又は牛乳又は麦茶 カルシュームクッキーパー メロン

