

## \*\*5月離乳食献立表\*\*

日付	完了期	後期	中期
01金	ハイハイ ご飯 肉団子スープ 麻婆豆腐 ひじきときゅうりのサラダ フルーツ おから焼きドーナツ 牛乳	ハイハイ 軟飯 肉団子スープ 麻婆豆腐 ひじきときゅうりのサラダ フルーツ おから焼きドーナツ 豆乳	7倍粥 野菜スープ 豆腐と白菜の煮物 人参のマッシュ
02土	せんべい ご飯 煮物 味噌汁 カラフルサラダ フルーツ ぶどう蒸パン 牛乳	せんべい 軟飯 煮物 味噌汁 カラフルサラダ フルーツ 蒸パン 豆乳	7倍粥 野菜スープ じゃことトマトの煮物 じゃが芋のマッシュ
07木	せんべい ご飯 味噌汁 肉じゃがりんごのサラダ フルーツ オレンジゼリー 雑炊 牛乳	せんべい ご飯 味噌汁 肉じゃがりんごのサラダ フルーツ オレンジゼリー 雑炊 豆乳	7倍粥 野菜スープ かれいとキャベツのミルク煮 人参と玉ねぎのあんかけ
08金	ハイハイ ご飯 五目汁 凍り豆腐の煮物 青菜和え物 かぼちゃの甘煮 フルーツ ホットケーキ 牛乳	ハイハイ 軟飯 五目汁 凍り豆腐の煮物 青菜和え物 かぼちゃの甘煮 フルーツ ホットケーキ 豆乳	7倍粥 野菜スープ たらと小松菜の煮物 かぼちゃのマッシュ
09土	せんべい ご飯 ニラのスープ 肉団子の甘酢あん 中華風和えもの りんご 雑炊 牛乳	せんべい 軟飯 ニラのスープ 肉団子の甘酢あん 中華風和えもの りんご 雑炊 豆乳	7倍粥 野菜スープ しらすと人参の煮物 じゃが芋のマッシュ
11月	クラッカー 三色どんぶり すまし汁(豆腐・わかめ) れんこんきんぴら フルーツ 煮込みうどん 牛乳	クラッカー 三色どんぶり すまし汁(豆腐・わかめ) れんこんきんぴら フルーツ 煮込みうどん 豆乳	7倍粥 野菜スープ 豆腐とほうれん草の煮物 キャベツと人参の煮物
12火	せんべい ご飯 相性汁 鮭の味噌焼き 筑前煮 フルーツ マカロニきな粉 牛乳	せんべい 軟飯 相性汁 鮭の味噌焼き 筑前煮 フルーツ マカロニきな粉 豆乳	7倍粥 野菜スープ 鮭のミルク煮 さつま芋のマッシュ
13水	ビスケット ミートスパゲティ 野菜スープ(キャベツ) じゃこサラダ フルーツ ヨーグルト きつねおにぎり	ビスケット ミートスパゲティ 野菜スープ(キャベツ) じゃこサラダ フルーツ ヨーグルト おにぎり	7倍粥 野菜スープ たらとトマトの煮物 人参のマッシュ
14木	せんべい ご飯 きれいの照り焼き みそ汁(大根・わかめ) アスパラガスのソテー フルーツ しらすおやき 牛乳	せんべい 軟飯 きれいの照り焼き みそ汁(大根・わかめ) アスパラガスのソテー フルーツ しらすおやき 豆乳	7倍粥 野菜スープ きれいと大根の煮物 かぼちゃのマッシュ
15金	<b>★お誕生日会 おたのしみこんだて★</b>		7倍粥 野菜スープ メルルーサと野菜のあんかけ じゃが芋のマッシュ
16土	せんべい ご飯 豆腐の中華スープ 花シュウマイ 小松菜とツナの和えもの フルーツ にんじんホットケーキ 牛乳	せんべい 軟飯 豆腐の中華スープ 花シュウマイ 小松菜とツナの和えもの フルーツ にんじんホットケーキ 豆乳	7倍粥 野菜スープ じゃこと人参の煮物 小松菜と玉ねぎのあんかけ
18月	クラッカー プルコギ丼 すまし汁(豆腐・小松菜) ひじきとれんこんのサラダ フルーツ お好み焼き風ポテト 牛乳	クラッカー プルコギ丼 すまし汁(豆腐・小松菜) ひじきとれんこんのサラダ フルーツ お好み焼き風ポテト 豆乳	7倍粥 野菜スープ 鮭とキャベツの煮物 人参ときゅうりのあんかけ
19火	せんべい ご飯 みそ汁(かぶ・わかめ) 肉じゃが(豚肉) かじきの照り焼き フルーツ シュガートースト 牛乳	せんべい 難飯 みそ汁(かぶ・わかめ) 肉じゃが(豚肉) かじきの照り焼き フルーツ トースト 豆乳	7倍粥 野菜スープ たらのミルク煮 かぶと玉ねぎのあんかけ
20水	ビスケット 食パン シェパーズパイ たまねぎとセロリのスープ にんじんサラダ ブロッコリー フルーツ 味噌おにぎり 牛乳	ビスケット 食パン シェパーズパイ たまねぎとセロリのスープ にんじんサラダ ブロッコリー フルーツ 味噌おにぎり 豆乳	7倍粥 野菜スープ きれいのトマト煮 じゃが芋のマッシュ
21木	せんべい ご飯 味噌汁(かぼちゃ) ミートローフ ごぼうサラダ 青菜和え物 フルーツ 中華雑炊 牛乳	せんべい 軟飯 味噌汁(かぼちゃ) ミートローフ ごぼうサラダ 青菜和え物 フルーツ 中華雑炊 豆乳	7倍粥 野菜スープ 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃのマッシュ
22金	ハイハイ きゅうりのゆかり和え ご飯 みそ汁(キャベツ・小松菜) 鶏と根菜の炒めもの フルーツ しらすおやき 牛乳	ハイハイ きゅうりのゆかり和え 軟飯 みそ汁(キャベツ・小松菜) 鶏と根菜の炒めもの フルーツ しらすおやき 豆乳	7倍粥 野菜スープ メルルーサと胡瓜のあんかけ 人参のマッシュ
23土	せんべい たらのパン粉焼き ご飯 みそ汁(油揚げ・わかめ) ブロッコリーのサラダ フルーツ 煮込みうどん 牛乳	せんべい たらのパン粉焼き ご飯 みそ汁(油揚げ・わかめ) ブロッコリーのサラダ フルーツ 煮込みうどん 豆乳	7倍粥 野菜スープ しらすとブロッコリーの煮物 トマトと玉ねぎのあんかけ