

日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)	離乳食開始期(初期食)
2日(月)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食 全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	つぶし粥 野菜のつぶし煮 こまつな、キャベツ、にんじん かつお・昆布だし汁
	昼食 豚肉のしょうが焼き 豚肉(豚ロース)、しょうが、油、しょうゆ、酒	午後食 キャベツと鶏肉の煮物 キャベツ、鶏ささ身、にんじん、かつお・昆布だし汁 しょうゆ	キャベツと鶏肉の煮物 キャベツ、鶏ささ身、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ	
16日(月)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 人參粥 米、にんじん 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、水、育児用ミルク	人參粥 米、にんじん 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん 育児用ミルク	
	6日(金)	午前 クラッカー 牛乳 軟飯 豆腐みそ汁(なめこ・ねぎ) 木綿豆腐、なめこ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食 全粥 豆腐みそ汁 木綿豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 豆腐みそ汁 木綿豆腐、かつお・昆布だし汁、米みそ
20日(金)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後食 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油	雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 木の葉かぼちゃ 鶏ひき肉、かぼちゃ、にんじん たまねぎ、食塩、油	
	7日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 わかめうどん ゆでうどん、油揚げ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう カットわかめ、かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、食塩	午前食 深込みうどん ゆでうどん、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩	つぶし粥 野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、ほうれんそう じゃがいも、かつおだし汁
21日(土)	午後 せんべい クラッカー お茶・麦茶	午後食 しらす粥 米、しらす干し 鮭と野菜の煮物 鮭ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ、かつおだし汁	しらす粥 米、しらす干し 鮭と野菜の煮物 鮭ふ、たまねぎ、にんじん、砂糖 しょうゆ、かつおだし汁	
	9日(月)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(あさり) あさり水煮、ねぎ、かつおだし汁、米みそ	午前食 全粥 みそ汁 じゃがいも、かつおだし汁、米みそ	7分粥 みそ汁 じゃがいも、かつおだし汁、米みそ
23日(月)	午後 クラッカー 牛乳	午後食 豆腐ステーキ野菜あん 木綿豆腐、片栗粉、油、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、片栗粉	豆腐ステーキ野菜あん 木綿豆腐、片栗粉、油、にんじん たまねぎ、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	10日(火)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 米みそ	午前食 全粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(キャベツ) キャベツ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ
24日(火)	午後 米粉蒸しパン(オレンジジュース) 米粉、ベーキングパウダー、オレンジ濃縮果汁、油、砂糖 牛乳	午後食 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、育児用ミルク、水	雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 野菜のミルク煮 じゃがいも、たまねぎ、にんじん 育児用ミルク	
	11日(水)	午前 ブルーベリー 牛乳 カレーライス 米、豚肉(豚ロース)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油 カレールー	午前食 全粥 ポトフ 鶏ささ身、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、食塩	7分粥 ポトフ 鶏ささ身、じゃがいも、たまねぎ にんじん、食塩
25日(水)	午後 せんべい 牛乳	午後食 しらす粥 米、しらす干し 鮭と野菜の煮物 鮭ふ、たまねぎ、にんじん、かつおだし汁、砂糖 しょうゆ、片栗粉	しらす粥 米、しらす干し 鮭と野菜の煮物 鮭ふ、たまねぎ、にんじん かつおだし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉	
	12日(木)	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(こまつな・えのき) こまつな、えのきたけ、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前食 全粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ	7分粥 みそ汁(こまつな) こまつな、かつお・昆布だし汁、米みそ
	午後 せんべい 牛乳	午後食 肉団子と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、きゅうり、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	肉団子と野菜の煮物 豚ひき肉、たまねぎ、食塩、片栗粉、きゅうり、にんじん かつお・昆布だし汁、しょうゆ、砂糖、片栗粉	
	午後 芋もち じゃがいも、食塩、片栗粉、油、しょうゆ、あおのり 牛乳	午後食 人參粥 米、にんじん じゃがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ スープ キャベツ、にんじん、食塩、かつおだし汁	人參粥 米、にんじん じゃがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ スープ キャベツ、にんじん、食塩、かつおだし汁	

2022年5月

## 離乳食予定献立表

えがお三橋保育園

日	離乳食12~18(完了食)	離乳食9~11(後期食)	離乳食7~8(中期食)	離乳食開始期(初期食)
13日(金)	午前 クラッカー 牛乳 ミートスパゲティ スパゲティ、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油 ケチャップ、ウスターソース、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、酢、油、食塩	午前 スープスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩、米粉 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、食塩	午前 たくたスープスパゲティ スパゲティ、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん ケチャップ、しょうゆ、砂糖、食塩 アスパラとコーンのサラダ キャベツ、グリーンアスパラガス、コーン缶、食塩	つぶし粥 野菜のつぶし煮 キャベツ、たまねぎ、にんじん かつおだし汁
	昼食 フルーツカクテル(もも) みかん缶、もも缶(白桃)、パイン缶			
27日(金)	午後 昆布おにぎり 米、こんぶ佃煮 牛乳	午後 全粥 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ かつおだし汁 スープ だいこん、かつおだし汁、食塩	午後 全粥 豆腐と野菜の味噌煮 木綿豆腐、たまねぎ、にんじん 砂糖、米みそ、かつおだし汁 スープ だいこん、かつおだし汁、食塩	
	14日(土)	午前 せんべい お茶・麦茶 きのこうどん ゆでうどん、たまねぎ、しいたけ、しめじ、えのきたけ こまつな、にんじん、ねぎ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、みりん、食塩、片栗粉 オレンジ	午前 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじゃが ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶	午前 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじゃが ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶
28日(土)	午後 クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午後 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじゃが ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん、昆布だし汁 しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶	午後 雑炊 米、にんじん、ほうれんそう、かつおだし汁 ツナじゃが ツナ水煮缶、じゃがいも、にんじん 昆布だし汁、しょうゆ、砂糖 お茶・麦茶	
	17日(火)	午前 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 全粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、かつお・昆布だし汁、米みそ	午前 7分粥 みそ汁(さつま芋) さつまいも、かつお・昆布だし汁 米みそ
31日(火)	午後 マカロニきな粉 マカロニ、きな粉、砂糖、食塩 牛乳	午後 全粥 マカロニスープ マカロニ、キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	午後 全粥 マカロニスープ マカロニ、キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩 野菜のチーズ焼き かぼちゃ、たまねぎ、にんじん、とろけるチーズ	
	18日(水)	午前 ブルー 牛乳 軟飯 みそ汁(だいこん・あげ) だいこん、油揚げ、かつお・昆布だし汁、米みそ 厚揚げの炒め物 生揚げ、豚ひき肉、たけのこ(ゆで)、たまねぎ にんじん、にら、しめじ、ごま油、しょうゆ 中巻だしの煮、片栗粉 きゅうりのピクルス きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩	午前 全粥 みそ汁(だいこん) だいこん、かつお・昆布だし汁、米みそ 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、きゅうり、たまねぎ、にんじん しょうゆ、砂糖、かつおだし汁、片栗粉	午前 7分粥 みそ汁(だいこん) だいこん、かつお・昆布だし汁 米みそ 炒り豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、きゅうり たまねぎ、にんじん、しょうゆ、砂糖 かつおだし汁、片栗粉
19日(木)	午後 せんべい クラッカー 牛乳	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、しょうゆ かつおだし汁	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏肉と野菜のくず煮 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、かつおだし汁、しょうゆ	
	午前 チーズ お茶・麦茶 軟飯 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、ねぎ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 ポークマース焼き 豚肉(用肉)、にんじん、たまねぎ、砂糖 しょうゆ、米みそ、本みりん 切干大根と凍り豆腐の煮物 切り干しだいこん、干しいたけ、凍り豆腐 油揚げ、にんじん、しょうゆ、砂糖	午前 全粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ、かつお・昆布だし汁 しょうゆ、食塩 鶏肉と高野豆腐の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ、凍り豆腐、砂糖、しょうゆ 米みそ	午前 7分粥 豆腐すまし汁(わかめ) 木綿豆腐、カットわかめ かつお・昆布だし汁、しょうゆ、食塩 鶏肉と高野豆腐の煮物 鶏ささ身、にんじん、たまねぎ 凍り豆腐、砂糖、しょうゆ、米みそ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 木綿豆腐、にんじん、たまねぎ かつお・昆布だし汁
26日(木)	午後 いちごジャム 食パン、いちごジャム 牛乳	午後 食パン かぼちゃシチュー 豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ、かぼちゃ 育児用ミルク みかん みかん缶	午後 パン 食パン、育児用ミルク かぼちゃシチュー 豚肉(もも)、にんじん、たまねぎ かぼちゃ、育児用ミルク みかん みかん缶	
	午前 チーズ お茶・麦茶 もちまめ御飯 米、もちまめ、こんぶだし、酒、食塩 みそ汁(玉ねぎ・油あげ) たまねぎ、にんじん、油揚げ、かつお・昆布だし汁 米みそ 鶏つくね(豆腐) 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、ねぎ、しょうゆ みりん、食塩、片栗粉 ひじきの煮物 ひじき、油揚げ、にんじん、ごま油、しょうゆ、みりん 砂糖、まやえんどう	午前 全粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏つくねとひじきの煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、しょうゆ、食塩 片栗粉、ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ	午前 7分粥 みそ汁(玉ねぎ) たまねぎ、にんじん、 かつお・昆布だし汁、米みそ 鶏つくねとひじきの煮物 鶏ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ しょうゆ、食塩、片栗粉、ひじき にんじん、砂糖、しょうゆ	つぶし粥 豆腐と野菜のつぶし煮 たまねぎ、にんじん、木綿豆腐 かつお・昆布だし汁
誕生会	午後 りんごゼリー りんご天然果汁、砂糖、粉かんてん、水 生クリーム、砂糖 牛乳	午後 人参粥 米、にんじん 木の葉かぼちゃ かぼちゃ、にんじん、たまねぎ、食塩、油 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁、食塩	午後 人参粥 米、にんじん 木の葉かぼちゃ かぼちゃ、にんじん、たまねぎ 食塩、油 スープ キャベツ、にんじん、かつおだし汁 食塩	
	30日(月)	午前 せんべい 牛乳 軟飯 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) チンゲンサイ、だいこん、ねぎ、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、焼き豆腐、たまねぎ、ねぎ、えのきたけ しょうゆ、しょうゆ、みりん、砂糖 きゅうりのピクルス きゅうり、米酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、食塩 カップチーズケーキ ほうれんそう、チーズ、ホットケーキ粉、無塩バター 砂糖、牛乳 牛乳	午前 全粥 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) チンゲンサイ、だいこん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ、きゅうり しょうゆ、砂糖	午前 7分粥 みそ汁(チンゲン菜・だいこん) チンゲンサイ、だいこん、カットわかめ かつお・昆布だし汁、米みそ 肉豆腐(ひき肉) 豚ひき肉、木綿豆腐、たまねぎ きゅうり、しょうゆ、砂糖
30日(月)	午後 クラッカー お茶・麦茶 ヨーグルト お茶・麦茶 軟飯 みそ汁(さつま芋・ねぎ) さつまいも、ねぎ、かつお・昆布だし汁、米みそ	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏と野菜の煮物 鶏もも、たまねぎ、にんじん、米みそ、砂糖 かつおだし汁	午後 雑炊 米、ほうれんそう、にんじん、かつおだし汁 鶏と野菜の煮物 鶏もも、たまねぎ、にんじん、米みそ 砂糖、かつおだし汁	