



5月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
1	金	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー チンゲンサイ	かぼちゃ煮	かぼちゃ	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	かぼちゃ煮	かぼちゃ 醤油・砂糖
2	土	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・にんじん なめこ	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・にんじん・醤油・砂糖 なめこ・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
4	月	みどりの日							
5	火	こどもの日							
6	水	振替休日							
7	木	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも わかめ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 かれい・さといも・醤油・砂糖 わかめ・味噌	和風粥	米・かつお節 醤油・砂糖
8	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー えのき	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 えのき・味噌	食パン	角切り
9	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん 水菜	うどん	うどん・こまつな	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 水菜・味噌	うどん	うどん・こまつな 醤油・砂糖
11	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・玉ねぎ しめじ	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 かれい・玉ねぎ・醤油・砂糖 しめじ・味噌	みかん	みかん
12	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
13	水	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ かぶの葉	ブロッコリー煮	ブロッコリー	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	ブロッコリー煮	ブロッコリー 醤油・砂糖
14	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも えのき	磯粥	米・あおのり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 えのき・味噌	磯粥	米・あおのり 醤油・砂糖
15	金	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも なめこ	うどん	うどん・チンゲンサイ	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さといも・醤油・砂糖 なめこ・味噌	うどん	うどん・チンゲンサイ 醤油・砂糖

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。





5月の離乳食予定献立表



日	曜日	中 期				後 期			
		午前	主な材料	午後	主な材料	午前	主な材料	午後	主な材料
16	土	親子遠足							
18	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん みずな	しらす粥	米・しらす	お粥 煮物 スープ	米 かれい・にんじん・醤油・砂糖 みずな・味噌	しらす粥	米・しらす
19	火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ わかめ	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 わかめ・味噌	食パン	角切り
20	水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ こまつな	りんごのコンポート	りんご	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	りんごのコンポート	りんご 砂糖
21	木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも ほうれん草	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも・醤油・砂糖 ほうれん草・味噌	みかん	みかん
22	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー チンゲンサイ	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 チンゲンサイ・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
23	土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり キャベツ	パン粥	食パン・粉ミルク	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	食パン	角切り
25	月	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ こまつな	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 かれい・かぼちゃ・醤油・砂糖 こまつな・味噌	きなこ粥	米・きなこ
26	火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも はくさい	みかん	みかん	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも・醤油・砂糖 はくさい・味噌	みかん	みかん
27	水	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ かぶの葉	うどん	うどん・チンゲンサイ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぶ・醤油・砂糖 かぶの葉・味噌	うどん	うどん・チンゲンサイ 醤油・砂糖
28	木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり なめこ	にんじん煮	にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・きゅうり・醤油・砂糖 なめこ・味噌	にんじん煮	にんじん 醤油・砂糖
29	金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー キャベツ	さつまいも煮	さつまいも	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 キャベツ・味噌	さつまいも煮	さつまいも 醤油・砂糖
30	金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ しめじ	磯粥	米・あおのり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 しめじ・味噌	磯粥	米・あおのり

※中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとロミをつける場合もあります。食材の持つ味や、だしのうま味で調理します。

※後期は主に、粗みじんから刻んだ状態で、食材によって軟らかく煮る場合もあります。3〜4倍程度薄めた味で調理します。

※食材の都合により、献立が変更になることがあります。



