



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 土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん キャベツ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・だいこん・醤油・砂糖 キャベツ	磯粥	米・青のり
6 木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー たまねぎ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ	きなこ粥	米・きなこ
7 金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん チンゲン菜	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 チンゲン菜	和風粥	米・かつお節
8 土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも わかめ	にんじん粥	米・にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 わかめ	にんじん粥	米・にんじん
10 月	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも にんじん	うどん	うどん・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さといも・醤油・砂糖 にんじん	うどん	うどん・ほうれん草 醤油・砂糖
11 火	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー 小松菜	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・ブロッコリー・醤油・砂糖 小松菜	磯粥	米・青のり
12 水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・じゃがいも・醤油・砂糖 たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
13 木	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ わかめ	にんじん粥	米・にんじん 青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・かぼちゃ・醤油・砂糖 わかめ	にんじん粥	米・にんじん 青のり
14 金	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さつまいも ほうれん草	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 豆腐・さつまいも・醤油・砂糖 ほうれん草	きなこ粥	米・きなこ
15 土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも たまねぎ	こまつな粥	米・小松菜 かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 たまねぎ	こまつな粥	米・小松菜 かつお節
17 月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん キャベツ	ほうれん草粥	米・ほうれん草	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・にんじん・醤油・砂糖 キャベツ	ほうれん草粥	米・ほうれん草
18 火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー たまねぎ	にんじん粥	米・にんじん 青のり	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ	にんじん粥	米・にんじん 青のり
19 水	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ わかめ	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ	和風粥	米・かつお節

※ 中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくトロミをつける場合があります。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があります。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
20 木	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも にんじん	うどん	うどん・小松菜	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・じゃがいも・醤油・砂糖 にんじん	うどん	うどん・小松菜 醤油・砂糖
21 金	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ 小松菜	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・たまねぎ・醤油・砂糖 小松菜	キャベツ粥	米・キャベツ かつお節
22 土	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも わかめ	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・さといも・醤油・砂糖 わかめ	磯粥	米・青のり
24 月	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん ほうれん草	にんじん粥	米・にんじん かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・だいこん・醤油・砂糖 ほうれん草	にんじん粥	米・にんじん かつお節
25 火	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも キャベツ	小松菜粥	米・小松菜	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・じゃがいも・醤油・砂糖 キャベツ	小松菜粥	米・小松菜
26 水	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・ブロッコリー たまねぎ	きなこ粥	米・きなこ	お粥 煮物 スープ	米 とうふ・ブロッコリー・醤油・砂糖 たまねぎ	きなこ粥	米・きなこ
27 木	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ 小松菜	うどん	うどん・にんじん	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・かぼちゃ・醤油・砂糖 小松菜	うどん	うどん・にんじん
28 金	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ 青のり	お粥 煮物 スープ	米 ツナ・さといも・醤油・砂糖 たまねぎ	キャベツ粥	米・キャベツ 青のり
29 土	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも ほうれん草	和風粥	米・かつお節	お粥 煮物 スープ	米 ひき肉・さつまいも・醤油・砂糖 ほうれん草	和風粥	米・かつお節
31 月	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん 小松菜	磯粥	米・青のり	お粥 煮物 スープ	米 ささみ・にんじん・醤油・砂糖 小松菜	磯粥	米・青のり

※ 中期は主に、みじん切りから粗みじんの状態で、食べやすくとろみ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。

