



離乳食献立表



2024年5月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1水	昼食	おかゆ 鶏の蒸し煮 キャベツのあえもの 大根の味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ みそ	キャベツ、にんじん、ブロッコリー だいこん、たまねぎ バナナ	だし汁 しょうゆ だし汁
2木	昼食	おかゆ 鯛の照り煮 さつまいもの煮物 白菜のスープ フルーツ	米 さつまいも	たい	こまつな はくさい、にんじん オレンジ	しょうゆ、だし汁 だし汁 だし汁
7火	昼食	おかゆ 鶏大根 はくさいのお浸し じゃがいものスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	だいこん はくさい、にんじん ちんげんさい バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ
8水	昼食	おかゆ 鶏と野菜の煮物 豆腐のお吸い物 フルーツ	米	鶏ささみ 木綿豆腐	だいこん、たまねぎ、にんじん たまねぎ バナナ	だし汁、塩 だし汁
9木	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 小松菜の白和え キャベツのスープ フルーツ	米	たい 木綿豆腐	こまつな、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	塩 しょうゆ だし汁
10金	昼食	おかゆ 鯛の蒸し煮 かぼちゃサラダ オニオンスープ フルーツ	米	たい	はくさい かぼちゃ、にんじん たまねぎ、ブロッコリー オレンジ	塩 だし汁、しょうゆ
11土	昼食	おかゆ 豆腐のポトフ 小松菜の和えもの フルーツ	米 じゃがいも	木綿豆腐	にんじん、たまねぎ、キャベツ こまつな、にんじん	だし汁、しょうゆ しょうゆ
13月	昼食	おかゆ たいの塩焼き キャベツの和え物 かぼちゃの味噌汁 フルーツ	米	たい みそ	キャベツ、にんじん かぼちゃ、たまねぎ バナナ	塩 だし汁 だし汁
14火	昼食	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 ほうれん草のお浸し キャベツのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	かぼちゃ ほうれんそう、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁、塩
15水	昼食	おかゆ 鶏肉のオニオンソース ブロッコリーの和え物 豆腐のスープ フルーツ	米	鶏ささみ 木綿豆腐	たまねぎ ブロッコリー、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁
16木	昼食	芋がゆ 鯛の蒸し焼き キャベツの和え物 玉ねぎの味噌汁 フルーツ	米、さつまいも	たい みそ	キャベツ、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	食塩 塩 だし汁、しょうゆ
17金	昼食	おかゆ 鯛のみぞれ煮 小松菜のお浸し 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐	だいこん こまつな、にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ しょうゆ、塩 だし汁、塩
18土	昼食	おかゆ チキンポトフ マッシュパンプキン フルーツ	米	鶏ささみ	キャベツ、にんじん、ブロッコリー かぼちゃ、たまねぎ	だし汁、塩 しょうゆ
20月	昼食	おかゆ たいのおろし煮 ほうれん草のサラダ たまねぎのすまし汁 フルーツ	米	たい	だいこん ほうれんそう、にんじん たまねぎ、キャベツ オレンジ	だし汁、しょうゆ 塩 だし汁、うすくち
21火	昼食	おかゆ 鶏肉のポトフ さつまいもの甘煮 フルーツ	米 さつまいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん、チンゲンサイ バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
22水	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 マッシュポテト にんじんのスープ フルーツ	米 じゃがいも	木綿豆腐	はくさい、にんじん にんじん、白ねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁

23 木	昼食	青菜がゆ たいの蒸し煮 大根と人参の煮物 豆腐のお吸い物 フルーツ	米	たい 木綿豆腐	ほうれんそう だいこん、にんじん たまねぎ、にんじん バナナ	塩 だし汁、塩 だし汁、しょうゆ
24 金	昼食	おかゆ 鯛のしょうゆ焼き ポテトサラダ 小松菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	キャベツ にんじん こまつな、たまねぎ バナナ	しょうゆ だし汁 だし汁
25 土	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のスープ煮 マッシュスイートポテト フルーツ	米 さつまいも	木綿豆腐	キャベツ、たまねぎ、にんじん、ほうれんそう	だし汁、塩
27 月	昼食	おかゆ たいの野菜あんかけ さつまいもサラダ 豆腐のスープ フルーツ	米 片栗粉 さつまいも	たい 木綿豆腐	にんじん、こまつな たまねぎ にんじん オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
28 火	昼食	おかゆ 豆腐と根菜の煮物 キャベツのサラダ ほうれん草のスープ フルーツ	米 じゃがいも	木綿豆腐	にんじん キャベツ、にんじん ほうれんそう、たまねぎ バナナ	だし汁、塩 だし汁、しょうゆ
29 水	昼食	おかゆ 鶏の照り焼き かぼちゃサラダ ブロッコリースープ フルーツ	米	鶏ささみ	かぼちゃ、にんじん ブロッコリー、たまねぎ バナナ	しょうゆ だし汁、塩
30 木	昼食	しらすがゆ 豆腐のだし煮 ブロッコリーの和え物 キャベツのスープ フルーツ	米 さつまいも	しらす干し 木綿豆腐	ブロッコリー、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	だし汁、塩 だし汁、しょうゆ
31 金	昼食	おかゆ 鯛の蒸し焼き ポトフ フルーツ	米	たい	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ バナナ	塩 塩

☆献立は、変更になる場合があります。