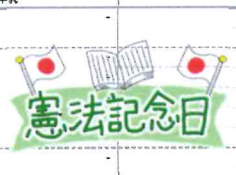
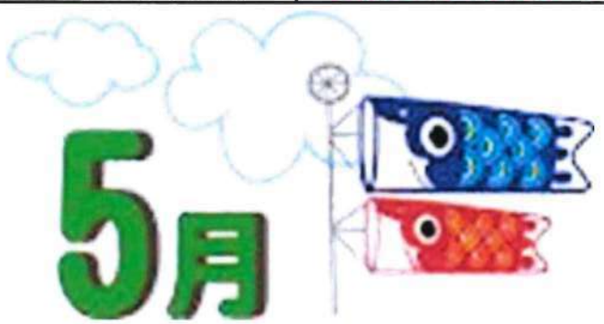
5月 離乳食献立表

日付		☆ 料理名 ☆	初期(ペースト)	中期(細刻み)	後期(粗刻み)
1 (月)	10時	ベビーせんべい		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 豚肉のごまみそ煮 若布と春雨のサラダ 玉ねぎとしめじのすまし汁 -	粥ペースト 大根ペースト	粥 鶏肉、大根、人参、小葱のだし煮 白菜、トマト 玉ねぎ、絹さやのだしスープ	軟飯 豚肉、大根、人参、小葱の味噌煮 若布、白菜、トマトの和え物 玉ねぎ、絹さやのだしスープ
	15時	きなこドーナッツ 牛乳		おじや	おにぎり
2 (火)	10時	きゅうり		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	サケちらし 根菜とひじきの煮物 オレンジ キャベツと小松菜のみそ汁 -	粥ペースト 人参ペースト	粥 鶏挽肉、人参、いんげんのだし煮 オレンジ キャベツ、小松菜のだしスープ	軟飯 鶏挽肉、ひじき、人参、いんげんの煮物 オレンジ キャベツ、小松菜のみそ汁
	15時	かぼちゃクッキー 牛乳		おじや	おにぎり
3 (水)	10時	-			
	昼食				
	15時	-			
4 (木)	10時	-			
	昼食				
	15時	-			
5 (金)	10時	-			
	昼食				
	15時				
6 (土)	10時	おこめボール		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ナポリタン マセドアンサラダ 野菜スープ - -	粥ペースト じゃが芋ペースト	うどん 鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、じゃが芋、きゅうり、人参のだし煮 白菜のだしスープ	うどん 鶏肉、玉ねぎ、ピーマン、じゃが芋、きゅうり、人参の煮物 白菜、あおさのだしスープ
	15時	わかめおにぎり 牛乳		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
8 (月)	10時	ベビーせんべい		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 鶏肉のうまだれ焼き ツナとキャベツの炒め物 揚げとほうれん草のみそ汁 -	粥ペースト 玉葱・人参ペースト	粥 鶏肉のだし煮 キャベツ、玉葱、人参 ほうれん草、長ねぎのだしスープ	軟飯 鶏肉の煮物 キャベツ、玉葱、人参、アスパラの和え物 ほうれん草、長ねぎのみそ汁
	15時	スイートポテト 牛乳		ふかし芋	ふかし芋
9 (火)	10時	トマト		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	肉うどん のりしお南瓜 りんご - -	粥ペースト かぼちゃペースト	うどん 鶏肉、大根のだし煮 かぼちゃ りんご 玉葱、人参、ねぎのだしスープ	うどん 鶏肉、大根の煮物 かぼちゃ りんご 玉葱、人参、ねぎのだしスープ
	15時	ピラフ 牛乳		おじや	おにぎり
10 (水)	10時	きゅうり		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 家常豆腐 ブロッコリーの中華和え 中華スープ -	粥ペースト ブロッコリーペースト	粥 鶏肉、なす、玉葱、人参のだし煮 ブロッコリー チンゲン菜、長ねぎのだしスープ	軟飯 鶏肉、なす、玉葱、人参の煮物 ブロッコリー、もやしの和え物 チンゲン菜、長ねぎのだしスープ
	15時	コーンフレークおこし 牛乳		おじや	おにぎり
11 (木)	10時	ヨーグルト		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	チキンカレー コーンサラダ オレンジ 揚げと葱のみそ汁 -	粥ペースト じゃが芋ペースト	粥　鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参のだし煮 白菜、きゅうり、人参 オレンジ 葱のだしスープ	軟飯　鶏肉、じゃが芋、玉ねぎ、人参の煮物 白菜、きゅうり、人参の和え物 オレンジ 葱のみそ汁
	15時	ピーチマフィン 牛乳		蒸しパン	蒸しパン
12 (金)	10時	こふき芋		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 魚のフリッター ほうれん草のサラダ 蒸し鶏スープ -	粥ペースト キャベツペースト	粥 魚のだし煮 ほうれん草、キャベツ 玉ねぎ、人参のだしスープ	軟飯 魚の煮物 ほうれん草、キャベツの和え物 玉ねぎ、人参のだしスープ
	15時	フルーツゼリー 牛乳		バナナ	バナナ
13 (土)	10時	おこめボール		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	チャーハン 豚肉とチンゲン菜の中華炒め 春雨スープ - -	粥ペースト 白菜ペースト	粥 鶏肉、白菜、人参、チンゲン菜、いんげんのだし煮 玉ねぎのだしスープ	軟飯 豚肉、白菜、人参、チンゲン菜、いんげんの煮物 玉ねぎのだしスープ
	15時	クラッカーサンド 牛乳		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
15 (月)	10時	ベビーせんべい		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 魚のコーンフレーク焼き ビーフンソテー 油揚げと大根のみそ汁 -	粥ペースト 大根ペースト	粥 魚のだし煮 ビーフン、玉ねぎ、人参、小松菜のだし煮 大根、ねぎのだしスープ	軟飯 魚の煮物 ビーフン、玉ねぎ、人参、小松菜の煮物 大根、ねぎのみそ汁
	15時	りんごケーキ 牛乳		蒸しパン	蒸しパン
16 (火)	10時	チーズ		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 鶏肉のかりん揚げ 若布のさっぱり和え なすとしめじのみそ汁 -	粥ペースト 人参ペースト	粥 鶏肉のだし煮 きゅうり、人参 なす、いんげんのだしスープ	軟飯 鶏肉の煮物 きゅうり、人参、もやしの和え物 なす、いんげんのみそ汁
	15時	ぶどうゼリー/小魚 牛乳		おじや	おにぎり
17 (水)	10時	オレンジ		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	焼きそば 切干大根のごまサラダ りんご 豆腐とえのきのスープ -	粥ペースト キャベツペースト	うどん　鶏肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマンのだし煮 チンゲン菜、人参 りんご 豆腐のだしスープ	うどん　豚肉、キャベツ、玉ねぎ、人参、ピーマンの煮物 チンゲン菜、人参の和え物 りんご 豆腐、にらのだしスープ
	15時	おかかおにぎり 牛乳		おじや	おにぎり
18 (木)	10時				
	昼食	- - - - -			
	15時	みたらしバナナ/小魚 牛乳		バナナ	バナナ
19 (金)	10時	トマト		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	もずく丼 高野とかぼちゃの煮物 バナナ 大根のみそ汁 -	粥ペースト かぼちゃペースト	粥 鶏肉、人参、かぼちゃのだし煮 バナナ 大根のだしスープ	軟飯 豚挽肉、人参、かぼちゃ、もずくの煮物 バナナ 大根のみそ汁
	15時	揚げパン 牛乳		おじや	おにぎり
20 (土)	10時	おこめボール		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	きつねうどん カレー肉じゃが オレンジ - -	粥ペースト じゃがいもペースト	うどん、鶏肉、小松菜、長ねぎのだし煮 じゃがいも、玉葱、人参のだしスープ オレンジ	うどん、豚肉、小松菜、長ねぎの煮物 じゃがいも、玉葱、人参のだしスープ オレンジ
	15時	焼きおにぎり 牛乳		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
22 (月)	10時	ベビーせんべい		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 豚肉のスタミナ炒め ほうれん草のナムル 中華コーンスープ -	粥ペースト 白菜ペースト	粥 鶏肉、玉ねぎ、人参のだし煮 ほうれん草、白菜 玉ねぎのだしスープ	軟飯 豚肉、玉ねぎ、人参、にらの煮物 ほうれん草、白菜の和え物 玉ねぎのだしスープ
	15時	豆乳プリン 牛乳		おじや	おにぎり
23 (火)	10時	きゅうり		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	沖縄そば 人参しりしり バナナ - -	粥ペースト 人参ペースト	粥 うどん 鶏肉、ねぎのだし煮 人参、玉葱、豆腐のだしスープ バナナ	軟飯 うどん 鶏肉、ねぎの煮物 人参、玉葱、豆腐のだしスープ バナナ
	15時	菜飯おにぎり/小魚 牛乳		おじや	おにぎり
24 (水)	10時	ヨーグルト		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん クーブイリチー 白菜のゆかり和え りんご えのきのみそ汁	粥ペースト 大根ペースト	粥 鶏肉、人参のだし煮 白菜、きゅうり りんご 玉ねぎのだしスープ	軟飯 鶏肉、人参の煮物 白菜、きゅうりの和え物 りんご 玉ねぎ、にらのみそ汁
	15時	フライドポテト 牛乳		おじや	おにぎり
25 (木)	10時	こふき芋		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ベーコンの和風スープパスタ かぼちゃのオーブン焼き オレンジ - -	粥ペースト かぼちゃペースト	うどん　鶏肉、白菜、玉ねぎ、かぼちゃのだし煮 ねぎのだしスープ オレンジ	うどん　鶏肉、白菜、玉ねぎ、かぼちゃの煮物 ねぎのだしスープ オレンジ
	15時	ゆかりおにぎり/小魚 牛乳		おじや	おにぎり
26 (金)	10時	トマト		麩じ	麩じ
	昼食	ごはん 魚のオーロラソース コールスローサラダ 野菜スープ -	粥ペースト キャベツペースト	粥 魚のだし煮 キャベツ、きゅうり、人参 じゃが芋、玉ねぎ、人参、小松菜のだしスープ	軟飯 魚の煮物 キャベツ、きゅうり、人参の和え物 じゃが芋、玉ねぎ、人参、小松菜のだしスープ
	15時	きなこドロップクッキー 牛乳		蒸しパン	蒸しパン
27 (土)	10時	おこめボール		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	豚肉のしぐれ丼 ほうれん草のおかか和え バナナ あおさと豆腐のみそ汁 -	粥ペースト 豆腐ペースト	粥　鶏肉、玉ねぎ、人参、ねぎのだし煮 ほうれん草 バナナ 豆腐のだしスープ	軟飯　豚挽肉、玉ねぎ、人参、ねぎの煮物 ほうれん草、もやしの和え物 バナナ 豆腐、あおさのだしスープ
	15時	小結 牛乳		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
29 (月)	10時	ベビーせんべい		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 鶏肉の梅風味焼き 白菜と油揚げのさっと煮 玉葱のみそ汁 -	粥ペースト 白菜ペースト	粥 鶏肉のだし煮 白菜、人参、インゲンのだし煮 玉ねぎ、ねぎのだしスープ	軟飯 豚肉の煮物 白菜、人参、インゲンの煮物 玉葱、ねぎのみそ汁
	15時	人参マフィン 牛乳		蒸しパン	蒸しパン
30 (火)	10時	きゅうり		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	ごはん 魚の塩焼き 納豆和え りんご 根菜汁	粥ペースト キャベツペースト	粥 魚のだし煮 ほうれん草、キャベツ、人参 りんご 大根、長ねぎのだしスープ	軟飯 魚の煮物 ほうれん草、キャベツ、人参の和え物 りんご 大根、長ねぎのみそ汁
	15時	カレーチャーハン/小魚 牛乳		おじや	おにぎり
31 (水)	10時	おこめボール		赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい
	昼食	黒米ごはん イナムドゥチ ポパイソテー かぼちゃ素揚げ りんご	粥ペースト かぼちゃペースト	粥 鶏肉、かぼちゃのだし煮 ほうれん草、玉葱のだしスープ りんご	軟飯 鶏肉、かぼちゃの煮物 ほうれん草、玉葱のみそ汁 りんご
	15時	ベイクドチーズケーキ 牛乳		おじや	おにぎり

2023 年　**5 月献立表**　　南風原はなぞの保育園

1 日 (月曜日)	2 日 (火曜日)	3 日 (水曜日)	4 日 (木曜日)	5 日 (金曜日)	6 日 (土曜日)
ベビーせんべい	きゅうり				おこめボール
ごはん 豚肉のごまみそ煮 若布と春雨のサラダ 玉ねぎとしめじのすまし汁	サケちらし 根菜とひじきの煮物 オレンジ キャベツと小松菜のみそ汁				ナポリタン マセドアンサラダ 野菜スープ
きなこドーナッツ	かぼちゃクッキー				わかめおにぎり
8 日 (月曜日)	**9 日 (火曜日)**	**10 日 (水曜日)**	**11 日 (木曜日)**	**12 日 (金曜日)**	**13 日 (土曜日)**
ベビーせんべい	トマト	きゅうり	ヨーグルト	こふき芋	おこめボール
ごはん 鶏肉のうまだれ焼き ツナとキャベツの炒め物 揚げとほうれん草のみそ汁	肉うどん のりしお南瓜 りんご	ごはん 家常豆腐 ブロッコリーの中華和え 中華スープ	チキンカレー コーンサラダ オレンジ 揚げと葱のみそ汁	ごはん 魚のフリッター ほうれん草のサラダ 蒸し鶏スープ	チャーハン 豚肉とチンゲン菜の中華炒め 春雨スープ
スイートポテト	ピラフ	コーンフレークおこし	ピーチマフィン	フルーツゼリー	クラッカーサンド
15 日 (月曜日)	**16 日 (火曜日)**	**17 日 (水曜日)**	**18 日 (木曜日)**	**19 日 (金曜日)**	**20 日 (土曜日)**
ベビーせんべい	チーズ	オレンジ		トマト	おこめボール
ごはん 魚のコーンフレーク焼き ビーフンソテー 油揚げと大根のみそ汁	ごはん 鶏肉のかりん揚げ 若布のさっぱり和え なすとしめじのみそ汁	焼きそば 切干大根のごまサラダ りんご 豆腐とえのきのスープ	お弁当会	もずく丼 高野とかぼちゃの煮物 バナナ 大根のみそ汁	きつねうどん カレー肉じゃが オレンジ
りんごケーキ	ぶどうゼリー/小魚	おかかおにぎり	みたらしバナナ/小魚	揚げパン	焼きおにぎり
22 日 (月曜日)	**23 日 (火曜日)**	**24 日 (水曜日)**	**25 日 (木曜日)**	**26 日 (金曜日)**	**27 日 (土曜日)**
ベビーせんべい	きゅうり	ヨーグルト	こふき芋	トマト	おこめボール
ごはん 豚肉のスタミナ炒め ほうれん草のナムル 中華コーンスープ	沖縄そば 人参しりしり バナナ	ごはん クーブイリチー 白菜のゆかり和え りんご えのきのみそ汁	ベーコンの和風スープパスタ かぼちゃのオーブン焼き オレンジ	ごはん 魚のオーロラソース コールスローサラダ 野菜スープ	豚肉のしぐれ丼 ほうれん草のおかか和え バナナ あおさと豆腐のみそ汁
豆乳プリン	菜飯おにぎり/小魚	フライドポテト	ゆかりおにぎり/小魚	きなこドロップクッキー	小結
29 日 (月曜日)	**30 日 (火曜日)**	**31 日 (水曜日)**			
ベビーせんべい	きゅうり	おこめボール			
ごはん 鶏肉の梅風味焼き 白菜と油揚げのさっと煮 玉葱のみそ汁	ごはん 魚の塩焼き 納豆和え りんご 根菜汁	黒米ごはん イナムドュチ ポパイソテー かぼちゃ素揚げ りんご			
人参マフィン	カレーチャーハン/小魚	ベイクドチーズケーキ