

5月献立表 離乳食・中期（2回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
1 15 29	月	しらすと野菜のお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ ほうれん草 焼きのり 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 野菜スープ 果物	米 鶏ひき肉 人参 ほうれん草 ジャガイモ しょう油 塩 だし汁
2 16 30	火	お粥 ジャガイモのそぼろ煮 トマト 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ トマト きゅうり キャベツ 小松菜 あおさ しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ しょう油 塩 だし汁
17 31	水	煮込みうどん 蒸し野菜	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ アスパラガス きゅうり しょう油 小松菜 塩 味噌 だし汁 片栗粉	しらす粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ 小松菜 ジャガイモ 味噌 だし汁
18	木	お粥 ひじきと豚肉の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 焼き麩 ジャガイモ キャベツ ひじき 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁	お粥 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
19	金	パン粥 鶏肉のミルク煮 蒸し野菜 かぼちゃスープ	米 食パン 鶏ささみ 玉ねぎ ジャガイモ きゅうり かぼちゃ 人参 キャベツ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 粉ミルク	わかめ粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
6	土	豚肉とコーンのお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ ほうれん草 キャベツ クリームコーン しょう油 片栗粉 だし汁 塩	ツナ粥 味噌汁 果物	米 ツナ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
8 22	月	しらすと野菜のお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 生わかめ きゅうり 塩 しょう油 味噌 だし汁 片栗粉	パン粥 野菜スープ 果物	食パン カレイ 玉ねぎ キャベツ ジャガイモ 人参 塩 だし汁
9 23	火	お粥 鶏肉のみそ煮 こぶき芋 澄まし汁	米 鶏ひき肉 きゅうり 玉ねぎ ジャガイモ 三つ葉 人参 味噌 キャベツ しょう油 片栗粉 塩 だし汁	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
10 24	水	あんかけ粥 蒸し野菜 あおさスープ	米 豚ひき肉 トマト缶 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ きゅうり 葉ねぎ しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	きなこ粥 味噌汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
11 25	木	お粥 豚肉と野菜のコーン煮 ちんげん菜の和え物 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ クリームコーン キャベツ ちんげん菜 塩 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
12 26	金	パン粥 豆腐としらすの煮物 蒸し野菜 オニオンスープ	食パン 豆腐 しらす干し 人参 ジャガイモ キャベツ 玉葱 きゅうり しょう油 塩 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
13 27	土	鶏肉と野菜のお粥 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ ジャガイモ 生わかめ 味噌 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁	パン粥 野菜スープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

5月献立表 離乳食・後期（3回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
1 15 29	月	しらすと野菜のおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ ほうれん草 焼きのり 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	軟飯 野菜スープ 果物	米 鶏ひき肉 人参 ほうれん草 じゃが芋 しょう油 塩 だし汁
2 16 30	火	軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 トマト 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト きゅうり キャベツ 小松菜 あおさ しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ しょう油 塩 だし汁
17 31	水	煮込みうどん 蒸し野菜	干しうどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ アスパラガス きゅうり しょう油 小松菜 塩 味噌 だし汁 片栗粉 長ねぎ	しらすおじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋 味噌 だし汁
18	木	軟飯 ひじきと豚肉の煮物 蒸し野菜のごま和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 焼き麩 じゃが芋 キャベツ ひじき 片栗粉 ごま しょう油 素精糖 塩 だし汁 えのき茸	軟飯 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
19	金	トースト 鶏肉のミルク煮 蒸し野菜 かぼちゃスープ	米 食パン 鶏ささみ 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり かぼちゃ 人参 キャベツ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 粉ミルク	わかめおじや 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
6	土	豚肉とコーンのおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 キャベツ クリームコーン しょう油 片栗粉 だし汁 塩	お粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
8 22	月	しらすと野菜のおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 生わかめ きゅうり しめじ 塩 しょう油 味噌 だし汁 片栗粉	トースト 野菜スープ 果物	食パン カレイ 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 人参 塩 だし汁
9 23	火	軟飯 鶏肉のみそ煮 こぶき芋 澄まし汁	米 鶏ひき肉 きゅうり 玉ねぎ じゃが芋 三つ葉 人参 長ねぎ キャベツ しょう油 片栗粉 味噌 塩 だし汁	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
10 24	水	あんかけ粥 蒸し野菜 あおさスープ	米 豚ひき肉 トマト缶 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ きゅうり 葉ねぎ しめじ えのき茸 素精糖 塩 だし汁 しょう油 片栗粉	きなこおじや 味噌汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
11 25	木	軟飯 豚肉と野菜のコーン煮 ちんげん菜の和え物 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 クリームコーン キャベツ ちんげん菜 塩 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	軟飯 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
12 26	金	トースト 豆腐としらすの煮物 蒸し野菜 オニオンスープ	食パン 豆腐 しらす干し 人参 じゃが芋 キャベツ 玉葱 きゅうり しょう油 塩 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
13 27	土	鶏肉と野菜のおじや 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 生わかめ 味噌 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁	トースト 野菜スープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。