



2023年5月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料	日	曜日	初期5~6ヶ月頃	材料	中期7~8ヶ月頃	材料	後期9~11ヶ月頃	材料
1	月			全がゆ 野菜のそぼろ煮 茹で野菜 玉ねぎのスープ	米 鶏肉・もやし・長ねぎ 人参・きゅうり 玉ねぎ	全がゆ~軟飯 野菜のそぼろ煮 茹で野菜 わかめと玉ねぎのスープ	米 鶏肉・もやし・長ねぎ 人参・きゅうり わかめ・玉ねぎ	18	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のスープ りんご煮	米 鶏肉・人参・玉ねぎ ほうれん草 りんご	全がゆ~軟飯 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のスープ りんご煮~りんご	米 鶏肉・人参・玉ねぎ ほうれん草 りんご
2	火			全がゆ カレイの煮付け 納豆煮 マカロニスープ	米 カレイ 納豆・人参・ほうれん草 マカロニ	全がゆ~軟飯 カレイのケチャップ煮 納豆煮 マカロニスープ	米 カレイ 納豆・人参・ほうれん草 マカロニ	19	金			全がゆ 豆腐のあんかけ煮 キャベツと人参の和え物 もやしのスープ	米 豆腐・玉ねぎ キャベツ・人参 もやし	全がゆ~軟飯 豆腐のそぼろあんかけ煮 キャベツと人参の和え物 わかめともやしのスープ	米 豚肉・豆腐・玉ねぎ キャベツ・人参 わかめ・もやし
6	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 切干大根とキャベツの味噌汁	米 高野豆腐・人参・玉ねぎ 切干大根・キャベツ	全がゆ~軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 切干大根とキャベツの味噌汁	米 高野豆腐・人参・玉ねぎ 切干大根・キャベツ	20	土			全がゆ カレイの煮つけ 大根とキャベツの味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・キャベツ	全がゆ~軟飯 カレイの煮つけ 大根とキャベツの味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 大根・キャベツ
8	月			全がゆ ツナと野菜の煮物 マカロニ煮 麩のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 マカロニ・きゅうり 麩	全がゆ~軟飯 ツナと野菜の煮物 マカロニ煮 麩のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 マカロニ・きゅうり 麩	22	月			味噌煮込みうどん ほうれん草・長ねぎ 切干大根煮	うどん・高野豆腐 ほうれん草・長ねぎ 切干大根・人参	味噌煮込みうどん ほうれん草・長ねぎ 切干大根煮	うどん・高野豆腐・豚肉 ほうれん草・長ねぎ 切干大根・人参
9	火			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 白菜の煮びたし 大根と長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参 もやし・白菜 大根・長ねぎ	全がゆ~軟飯 鶏肉と野菜の煮物 白菜の煮びたし 大根と長ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人参 もやし・白菜 大根・長ねぎ	23	火			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 ビーフン煮 かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ ビーフン・人参 かぼちゃ・玉ねぎ	全がゆ~軟飯 鶏肉と野菜の煮物 ビーフン煮 かぼちゃと玉ねぎの味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ ビーフン・人参 かぼちゃ・玉ねぎ
10	水			パンがゆ しらすとじゃが芋のシチュー 小松菜のお浸し	食パン しらす・じゃが芋・玉ねぎ・牛乳 小松菜・人参	パンがゆ~食パン 豚肉とじゃが芋のシチュー 小松菜のお浸し	食パン 豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・牛乳 小松菜・人参	24	水			全がゆ 鮭の煮つけ 白菜の納豆煮 長ねぎのすまし汁	米 鮭 白菜・人参・納豆 長ねぎ	全がゆ~軟飯 鮭の煮つけ 白菜の納豆煮 長ねぎのすまし汁	米 鮭 白菜・人参・納豆 長ねぎ
11	木			全がゆ すきやき風煮 スパゲティ煮 麩と玉ねぎのすまし汁	米 豆腐・白菜・長ねぎ スパゲティ・キャベツ・人参 麩・玉ねぎ	全がゆ~軟飯 すきやき風煮 スパゲティ煮 麩と玉ねぎのすまし汁	米 豚肉・豆腐・白菜・長ねぎ スパゲティ・キャベツ・人参 麩・玉ねぎ	25	木			全がゆ 鶏肉のトマトシチュー じゃが芋の煮物	米 鶏肉・トマト・玉ねぎ・牛乳 じゃが芋・人参	全がゆ~軟飯 鶏肉のトマトシチュー じゃが芋のおかか煮	米 鶏肉・トマト・玉ねぎ・牛乳 じゃが芋・人参・かつお節
12	金			全がゆ 野菜のそぼろ煮 お浸し 人参の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 もやし・小松菜 人参	全がゆ~軟飯 野菜のそぼろ煮 お浸し 人参の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 もやし・小松菜 人参	26	金			全がゆ 鶏肉の煮物 切干大根煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 切干大根・人参 キャベツ	全がゆ~軟飯 鶏肉の煮物 切干大根煮 キャベツのスープ	米 鶏肉 切干大根・人参 キャベツ
13	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 じゃが芋のスープ	米 高野豆腐・もやし・人参・長ねぎ じゃが芋・玉ねぎ	全がゆ~軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 じゃが芋のスープ	米 高野豆腐・もやし・人参・長ねぎ じゃが芋・玉ねぎ	27	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 高野豆腐・もやし・人参・玉ねぎ さつま芋	全がゆ~軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 高野豆腐・もやし・人参・玉ねぎ さつま芋
15	月			煮込みうどん りんご煮	うどん・麩・人参 長ねぎ・キャベツ りんご	煮込みうどん りんご煮~りんご	うどん・豚肉・人参 長ねぎ・キャベツ りんご	29	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 マカロニスープ	米 鶏肉 人参・玉ねぎ マカロニ	全がゆ~軟飯 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 マカロニスープ	米 鶏肉 人参・玉ねぎ マカロニ
16	火			全がゆ カレイの煮付け さつま芋の甘煮 根菜の味噌汁	米 カレイ さつま芋 大根・人参	全がゆ~軟飯 カレイの煮付け さつま芋の甘煮 根菜の味噌汁	米 カレイ さつま芋 大根・人参	30	火			パンがゆ ツナとじゃが芋のシチュー キャベツの煮びたし	食パン ツナ・じゃが芋・人参・牛乳 キャベツ・玉ねぎ	パンがゆ~食パン ツナとじゃが芋のシチュー キャベツの煮びたし	食パン ツナ・じゃが芋・人参・牛乳 キャベツ・玉ねぎ
17	水			全がゆ 鶏大根 キャベツのお浸し 麩のすまし汁	米 鶏肉・大根・人参 キャベツ・きゅうり 麩	全がゆ~軟飯 鶏大根 キャベツのお浸し 麩のすまし汁	米 鶏肉・大根・人参 キャベツ・きゅうり 麩	31	水			スパゲティ煮 さつま芋の甘煮 ほうれん草のスープ	スパゲティ・麩 玉ねぎ・人参・ピーマン さつま芋 ほうれん草	スパゲティ煮 さつま芋の甘煮 ほうれん草のスープ	スパゲティ・麩 玉ねぎ・人参・ピーマン さつま芋 ほうれん草

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださるようお願い申し上げます。