

離乳食献立 5月

	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
1 (水)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん、かいわれ、玉ねぎ だし、しょうゆ	白がゆ 豚玉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、キャベツ だし、しょうゆ
2 (木)	白がゆ チンゲン菜スープ	米 チンゲン菜、もやし、コーン缶、グリーンアスパラ コンソメ	白がゆ 和風そぼろ煮	米 豆腐、豚ミンチ、玉ねぎ、ひじき だし、しょうゆ
7 (火)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、玉ねぎ、かいわれ、丸ふ だし、みそ	人参がゆ 旨煮	米、人参 切干大根、鶏肉、さやいんげん、油揚げ だし、しょうゆ
8 (水)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨、生揚げ、もやし、さやえんどう コーンクリーム	白がゆ ささ身のごま風煮	米 鶏ささ身、じゃが芋、人参、キャベツ、すりごま だし、しょうゆ
9 (木)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、玉ねぎ、わかめ、チンゲン菜 だし、みそ	ひじきがゆ 含め煮	米、ひじき 鶏肉、油揚げ、人参、キャベツ だし、しょうゆ
10 (金)	白がゆ レタススープ	米 レタス、人参、玉ねぎ コンソメ	白がゆ 豚肉と生揚げの ケチャップ煮	米 豚肉、生揚げ、じゃが芋、グリーンピース ケチャップ
13 (月)	白がゆ ニラスープ	米 にら、じゃが芋、油揚げ、コーン缶 野菜スープ	白がゆ 豚玉の炒め煮	米 豚肉、玉ねぎ、みつ葉、キャベツ だし、しょうゆ
14 (火)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、玉ねぎ、かいわれ だし、みそ	白がゆ 切干大根と ひじきの煮物	米 切干大根、ひじき、人参、きゅうり だし、しょうゆ
15 (水)	白がゆ 沢煮椀	米 大根、人参、ねぎ、きゅうり だし、しょうゆ	白がゆ みそ煮	米 豚肉、大根、人参、 だし、みそ
16 (木)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、玉ねぎ、わかめ、さやいんげん だし、みそ	ピースがゆ 豚肉と切干大根 の煮物	米、グリーンピース 鶏肉、切干大根、人参、油揚げ だし、しょうゆ
17 (金)	白がゆ キャベツスープ	米 キャベツ、パセリ、玉ねぎ コンソメ	白がゆ スープパスタ	米 スパゲティ、玉ねぎ、ピーマン ケチャップ
20 (月)	白がゆ コーンスープ	米 キャベツ、きゅうり、コーン缶、グリーンピース コーンクリーム	白がゆ 鶏じゃが	米 鶏肉、じゃが芋、人参、玉ねぎ だし、しょうゆ
21 (火)	白がゆ 豚汁	米 豚肉、大根、玉ねぎ、ねぎ だし、みそ	白がゆ ひじきの炒め煮	米 ツナ、ひじき、人参、さやいんげん だし、しょうゆ
22 (水)	白がゆ みそ汁	米 玉ねぎ、じゃが芋、わかめ だし、みそ	白がゆ とりすき風煮	米 鶏肉、ねぎ、高野豆腐 だし、しょうゆ
23 (木)	白がゆ すまし汁	米 大根、人参、油揚げ、かいわれ だし、しょうゆ	白がゆ 肉みそ豆腐	米 豆腐、鶏ミンチ、玉ねぎ、グリーンピース だし、みそ
24 (金)	白がゆ 野菜スープ	米 キャベツ、グリーンアスパラ、きゅうり、コーン缶 野菜スープ	白がゆ ポークシチュー	米 豚肉、玉ねぎ、人参、じゃが芋 ホワイトソース
27 (月)	白がゆ じゃが芋スープ	米 じゃが芋、玉ねぎ、人参 ホワイトソース	白がゆ 豚肉と生揚げの 炒め煮	米 豚肉、生揚げ、ピーマン だし、しょうゆ
28 (火)	白がゆ 五目汁	米 豆腐、もやし、油揚げ、ねぎ、人参 だし、みそ	白がゆ 白身魚の ケチャップ煮	米 白身魚、人参、キャベツ ケチャップ
29 (水)	白がゆ みそ汁	米 豆腐、キャベツ、きゅうり だし、みそ	白がゆ 和風スープパスタ	米 ツナ、スパゲティ、キャベツ、みつ葉 だし、しょうゆ
30 (木)	白がゆ わかめスープ	米 わかめ、レタス、きゅうり コンソメ	白がゆ ツナじゃが	米 ツナ、じゃが芋、人参、玉ねぎ だし、しょうゆ
31 (金)	白がゆ みそ汁	米 もやし、油揚げ、人参 だし、みそ	白がゆ 豚肉の じゃが芋きんぴら	米 豚肉、じゃが芋、人参、ピーマン だし、しょうゆ