

離乳食献立 令和5年度 5月

日付	献立名	材 料 (1回食)	献立名	材 料 (2回食)
1月 (月)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, じゃが芋, しめじ, ねぎ, きゅうり, 玉ねぎ, だし, 味噌	人参がゆ ひじき煮	米, 人参 ひじき, 油揚げ, ツナ, 切干大根, ホールコーン缶, だし, しょうゆ
2月 (火)	白がゆ チンゲン菜スープ	米 チンゲン菜, もやし, ホールコーン缶, キャベツ, グリーンアスパラ, ホワイトソース	白がゆ そぼろ煮	米 豆腐, ひじき, 豚ミンチ, 玉ねぎ, 人参, だし, しょうゆ
8月 (月)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 玉ねぎ, かいわれ, 丸麩, キャベツ, きゅうり, だし, 味噌	きのこがゆ 五目煮	米 切干大根, 鶏肉, 人参, 油揚げ, さやいんげん, だし, しょうゆ
9月 (火)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨, 生揚げ, もやし, ホールコーン缶, さやえんどう, コーンクリーム	白がゆ 野菜のごま風煮	米 鶏ささみ, じゃが芋, 人参, キャベツ, きゅうり, すりごま, だし, しょうゆ
10月 (水)	白がゆ 五目汁	米 豆腐, もやし, 油揚げ, ねぎ, 人参, だし, 味噌	白がゆ 白身魚のやわらか煮	米 白身魚, キャベツ, えのきたけ, 玉ねぎ, だし, しょうゆ
11月 (木)	白がゆ 味噌汁	米 玉ねぎ, 大根, 人参, かいわれ, だし, 味噌	緑がゆ とりすき風煮	米, チンゲン菜 鶏肉, ねぎ, 高野豆腐, キャベツ, だし, しょうゆ
12月 (金)	白がゆ レタススープ	米 もやし, レタス, しめじ, キャベツ, きゅうり, コーンメ	白がゆ ケチャツツ煮	米 生揚げ, 豚肉, 人参, 玉ねぎ, じゃが芋, グリーンピース, ケチャツツ
15月 (月)	白がゆ にらスープ	米 にら, じゃが芋, 油揚げ, 人参, 野菜スープ	白がゆ 豚肉の旨煮	米 豚肉, 玉ねぎ, 三つ葉, ピーマン, キャベツ, だし, しょうゆ
16月 (火)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 玉ねぎ, かいわれ, えのきたけ, 油揚げ, だし, 味噌	人参がゆ ツナのくたくた煮	米, 人参 キャベツ, チンゲン菜, じゃが芋, ツナ, だし, しょうゆ
17月 (水)	白がゆ 沢煮飴	米 大根, 人参, しいたけ, ねぎ, だし, しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 豚肉, キャベツ, きゅうり, ピーマン, 玉ねぎ, だし, 味噌
18月 (木)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, 玉ねぎ, わかめ, えのきたけ, だし, 味噌	ピースがゆ 鶏肉の煮物	米, グリンピース 鶏肉, 切干大根, 人参, 油揚げ, じゃが芋, だし, しょうゆ
19月 (金)	白がゆ キャベツスープ	米 キャベツ, えのきたけ, パセリ, ホールコーン缶, マッシュルーム, コーンクリーム	白がゆ そうめん汁	米 乾めん, 玉ねぎ, 人参, 油揚げ, しめじ, だし, しょうゆ
22月 (月)	白がゆ 豚汁	米 豚肉, 大根, 玉ねぎ, ねぎ, じゃが芋, だし, 味噌	白がゆ ひじきの炒め煮	米 ひじき, ツナ, 人参, さやいんげん, だし, しょうゆ
23月 (火)	白がゆ そうめん汁	米 乾めん, えのきたけ, 丸麩, ねぎ, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉の和風煮	米 豚肉, 玉ねぎ, キャベツ, 人参, しめじ, だし, しょうゆ
24月 (水)	白がゆ 野菜スープ	米 じゃが芋, チンゲン菜, しいたけ, キャベツ, ホールコーン缶, 野菜スープ	ツナがゆ コーン煮	米, ツナ 豚肉, 玉ねぎ, もやし, 人参, ピーマン, ホールコーン缶, だし, しょうゆ
25月 (木)	白がゆ すまし汁	米 大根, 人参, 油揚げ, かいわれ, チンゲン菜, だし, しょうゆ	白がゆ 肉味噌豆腐	米 豆腐, 鶏ミンチ, 玉ねぎ, グリンピース, もやし, だし, 味噌
26月 (金)	白がゆ 粒コーンスープ	米 鶏肉, 玉ねぎ, 人参, ホールコーン缶, じゃが芋, パセリ, ホワイトソース	白がゆ 野菜の含め煮	米 キャベツ, グリーンアスパラ, きゅうり, ツナ, だし, しょうゆ
29月 (月)	白がゆ もやしスープ	米 もやし, じゃが芋, えのきたけ, きゅうり, だし, しょうゆ	白がゆ 生揚げの五目煮	米 生揚げ, 豚肉, 玉ねぎ, 人参, ピーマン, ねぎ, だし, しょうゆ
30月 (火)	白がゆ コンソメスープ	米 キャベツ, きゅうり, ホールコーン缶, コーンメ	白がゆ 鶏の旨煮	米 鶏肉, じゃが芋, 人参, 玉ねぎ, グリンピース, だし, しょうゆ
31月 (水)	白がゆ わかめスープ	米 わかめ, レタス, えのきたけ, ホールコーン缶, コーンクリーム	人参がゆ ツナじゃが	米, 人参 ツナ, じゃが芋, 玉ねぎ, ピーマン, きゅうり, だし, しょうゆ

【注】

アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。  
保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかつた場合はご連絡ください。