



5月離乳食献立表



日 曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	黄:熱や力となる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	黄:熱や力となる
1 火	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんか マッシュポテト	ささみ	みそ	米 じゃが芋 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
2 水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草煮	卵	みそ	米	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 魚のクリーム煮	みそ 鰯	米 人参 玉葱
7 月	お粥 みそ汁 ハンバーグ マッシュポテト	鶏ひき肉 豆腐	みそ 豆腐	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
8 火	お粥 みそ汁 鰯の味噌煮 キャベツの煮物	鰯	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
9 水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	卵	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋 人参 玉葱
10 木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 オレンジ	ささみ	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱
11 金	お粥 みそ汁 魚のクリーム煮 ほうれん草煮	鰯 粉ミルク	みそ	米	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 人参 ほうれん草
12 土	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 オレンジ	ささみ 粉ミルク	みそ	米	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 人参 玉葱
14 月	お粥 みそ汁 鰯の野菜あんかけ 大根の煮物	鰯	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 大根
15 火	人参粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草煮	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 ほうれん草
16 水	お粥 みそ汁 小判焼き オレンジ	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
17 木	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
18 金	お粥 みそ汁 鰯の野菜あんかけ キャベツの煮物	鰯	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
19 土	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱
21 月	人参粥 みそ汁 キャベツハンバーグ マッシュポテト	鶏ひき肉	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
22 火	お粥 みそ汁 鰯のクリーム煮 オレンジ	鰯 粉ミルク	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱 人参 大根
23 水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
24 木	お粥 みそ汁 肉団子 大根の煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ	米	人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 大根
25 金	人参粥 みそ汁 鰯のピカタ バナナ	鰯 卵	みそ 豆腐	米	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱
26 土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 人参 玉葱
28 月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米 人参 玉葱 人参 キャベツ
29 火	お粥 みそ汁 肉団子のクリーム煮 マッシュポテト	鶏ひき肉 粉ミルク	みそ	米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 人参 玉葱
30 水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	ささみ	みそ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 味噌汁 マッシュポテト		米 じゃが芋 人参 玉葱
31 木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 玉葱	お粥 味噌汁 マッシュポテト		米 じゃが芋 人参 玉葱

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。