



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	緑:腸子をととのえる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:腸子をととのえる
7 火	お粥 みそ汁 じゃが芋のクリーム煮 キャベツの煮物	鶏ひき肉	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 人参
8 水	お粥 みそ汁 肉団子 ほうれん草煮	鶏ひき肉	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 大根 人参 ほうれん草
9 木	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ キャベツの煮物	鮭	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 人参 キャベツ
10 金	お粥 みそ汁 肉団子のクリーム煮 ほうれん草煮	鶏ひき肉 粉ミルク	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 人参 ほうれん草
11 土	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ バナナ	ささみ	米 片栗粉	人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
13 月	お粥 みそ汁 ハンバーグ マッシュポテト	卵 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
14 火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	ささみ	米 片栗粉	人参 大根 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 大根 人参 キャベツ
15 水	お粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草煮	卵 鶏ひき肉	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 人参 ほうれん草
16 木	お粥 みそ汁 ささみの味噌煮 バナナ	ささみ	米 片栗粉	人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参
17 金	人参粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 ブロッコリー煮	鮭 粉ミルク	米 片栗粉	人参 大根 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
18 土	お粥 みそ汁 肉じゃが オレンジ	鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 豆腐 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	豆腐	米 じゃが芋	人参 人参
20 月	お粥 みそ汁 肉じゃが マッシュポテト	鶏ひき肉	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
21 火	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 大根の煮物	鶏ひき肉 豆腐	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 人参 大根
22 水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	卵	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 ブロッコリー
23 木	人参粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ 鮭の煮物	鮭	米 片栗粉 麩	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
24 金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	米	人参 大根 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 大根 人参 キャベツ
25 土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	ささみ	米 じゃが芋	人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
27 月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) オレンジ	卵	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 人参
28 火	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 大根の煮物	鮭	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 人参 大根
29 水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 キャベツの煮物	鶏ひき肉 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	米	人参 人参 キャベツ
30 木	お粥 みそ汁 鮭の野菜あんかけ ほうれん草煮	鮭	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 大根 人参 ほうれん草
31 金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マカロニの煮物	卵	米 じゃが芋 マカロニ	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 人参

※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。