



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	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる
1	月	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 キャベツ煮	鮭 みそ	米	人参 大根 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	米 人参 大根 人参 キャベツ
2	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ じゃが芋煮	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 じゃが芋	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	米 人参 人参 じゃが芋
6	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	米 人参 人参
8	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 じゃが芋煮	みそ 鮭	米 じゃが芋	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	米 人参 人参 じゃが芋
9	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	豆腐 みそ 卵	米	人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	米 人参 人参 ブロッコリー
10	水	お粥 みそ汁 肉じゃが オレンジ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 人参煮	米 人参 人参
11	木	お粥 みそ汁 豆腐煮 ほうれん草煮	みそ 豆腐	米	人参 大根 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	米 人参 人参 ほうれん草
12	金	お粥 みそ汁 魚のケチャップ煮 キャベツ煮	みそ 鱈	米	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	米 人参 人参 キャベツ
13	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 バナナ	米 人参 人参 バナナ
15	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋煮	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	米 人参 人参 じゃが芋
16	火	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	米 人参 人参 じゃが芋
17	水	お粥 みそ汁 豆腐煮 オレンジ	みそ 豆腐	米	人参 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐煮	米 人参 人参 豆腐
18	木	お粥 みそ汁 ハンバーグ ほうれん草煮	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米	人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	米 人参 人参 ほうれん草
19	金	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	米 人参 人参 キャベツ
20	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	米 人参 人参
22	月	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 キャベツ煮	みそ カレー	米	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	米 人参 人参 キャベツ
23	火	お粥 みそ汁 肉団子 ブロッコリー煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	米 人参 人参 ブロッコリー
24	水	お粥 みそ汁 肉じゃが 人参煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	米 人参 人参
25	木	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 大根煮	みそ 鮭 みそ	米	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	米 人参 人参 大根
26	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋煮	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	米 人参 人参 じゃが芋
27	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 片栗粉	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	米 人参 人参 豆腐
29	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米	大根 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	米 人参 人参 キャベツ
30	火	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 ほうれん草煮	豆腐 みそ ささみ	米	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	米 人参 人参 ほうれん草
31	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	みそ 卵	米	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	米 人参 人参 ブロッコリー

※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。