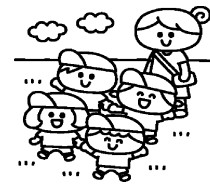




5月献立表

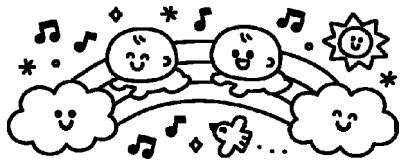


2026年5月

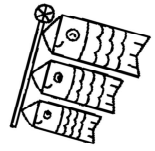
宜野湾市 保育こども園課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
1 金	ごはん パーベキューチキン キャベツごま和え じゃがいもみそ汁	保育乳 五目おにぎり	保育乳、鶏もも肉、豚肉、みそ	米、米、じゃがいも、砂糖、すりごま、油	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、しめじ、にんじん、ピーマン、干しいたけ	ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、みりん、しょうゆ、食塩
2 土	昆布ごはん ウィンナー さつま芋豚汁	保育乳 ホットケーキ バナナ	保育乳、豚肉、調整豆乳、みそ、ウィンナー	米、さつまいも、ホットケーキ粉、油	バナナ、たまねぎ、にんじん、塩こんぶ	
4 月	みどりの日					
5 火	こどもの日					
6 水	振替休日					
7 木	クリームシチュー ウィンナー ブロッコリーサラダ	保育乳 マーメレード蒸しケーキ パイナップル	保育乳、豚肉、ウィンナー、調整豆乳、こしあん(生)	米、じゃがいも、ホットケーキ粉、油、三温糖	たまねぎ、にんじん、パイナップル、ブロッコリー、かぼちゃ、マーメレード	シチュー、和風ドレッシング
8 金	そぼろ(四色)どんぶり ごま和え ワカメスープ	保育乳 ピザトースト	保育乳、豚ひき肉、大豆水煮、ちくわ、ピザ用チーズ、ツナ油漬缶	米、食パン、油、すりごま、砂糖	にんじん、こまつな、コーン缶、キャベツ、たまねぎ、ピーマン、コーン缶、しょうが、ワカメ	みりん、しょうゆ、食塩
9 土	みそすき丼 オレンジ 青菜スープ	保育乳 そぼろおにぎり	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、豚ひき肉、鶏ひき肉、みそ	米、米、しらたき、砂糖、片栗粉、砂糖、油	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、こまつな、ごぼう、たまねぎ、しょうが、しょうが、オレンジ	みりん、しょうゆ、しょうゆ、みりん、食塩
11 月	ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨チャンプルー 青菜スープ	保育乳 ごまちゃんすこう オレンジ	保育乳、白身魚(ホキ)、豚肉、みそ	米、小麦粉、砂糖、ラード、マヨネーズ、はるさめ、油、砂糖、すりごま	オレンジ、こまつな、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、ピーマン	しょうゆ、みりん、食塩
12 火	たきこみごはん 鶏の甘酢煮 ツナ和え 豆腐みそ汁	保育乳 大学いも 黄桃	保育乳、鶏もも肉、沖縄豆腐、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	さつまいも、米、砂糖、揚げ油、砂糖、黒ごま	もも缶、にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢、食塩
13 水	ごはん カレーライス 春雨サラダ	保育乳 黒糖蒸しケーキ オレンジ	保育乳、豚肉、調整豆乳、こしあん(生)	米、ホットケーキ粉、はるさめ、油、黒砂糖、砂糖、片栗粉、油、ごま油、じゃがいも	オレンジ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ	カレールー
14 木	あわごはん 鶏と厚揚げケチャップ煮 ツナ和え キャベツみそ汁	保育乳 きな粉スコーン パイナップル	保育乳、鶏もも肉、厚揚げ、みそ、ツナ油漬缶	米、米、あわ、油、砂糖、片栗粉	にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、こまつな、えのきたけ、にんじん、生しいたけ、ねぎ、わかめふりかけ	ケチャップ、みりん、しょうゆ、ウスターソース
15 金	麦ごはん のり納豆 野菜炒め さつま芋みそ汁	保育乳 人参わかめおにぎり	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、プレーンヨーグルト、みそ、卵、きな粉、ツナ油漬缶	米、さつまいも、強力粉、無塩バター、三温糖、押麦、油	パイナップル、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、ピーマン、長ねぎ、のり佃煮	しょうゆ、食塩
16 土	ドライカレー キャベツサラダ ポテトスープ	保育乳 みそおにぎり	保育乳、豚ひき肉、大豆水煮、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、みそ	米、米、じゃがいも、三温糖	たまねぎ、にんじん、こまつな、ピーマン、にんにく、キャベツ	カレールー、ケチャップ、みりん、しょうゆ、ウスターソース、食塩、みりん
18 月	ごはん 肉とうふ煮 切干大根の和え物 じゃが芋とキャベツみそ汁	保育乳 ジューシーおにぎり	保育乳、沖縄豆腐、豚肉、豚肉、みそ	米、米、じゃがいも、しらたき、三温糖、油、砂糖	キャベツ、にんじん、こまつな、長ねぎ、生しいたけ、にんじん、たまねぎ、切り干しいたけ、ねぎ、黒きくらげ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢、しょうゆ、食塩
19 火	☆ お弁当会 ☆					
20 水	あわごはん 豚肉と野菜みそ炒め 和風スパゲティサラダ 豆腐スープ	保育乳 切干し大根ヒラヤーチー バナナ	保育乳、沖縄豆腐、調整豆乳、豚肉、ツナ油漬缶、みそ	米、小麦粉、サラダ用スパゲティ、あわ、油、油、砂糖、片栗粉	バナナ、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ、こまつな、きゅうり、黄ピーマン、にんじん、コーン缶、ねぎ、切り干しいたけ	しょうゆ、みりん、ケチャップ、和風ドレッシング、ウスターソース、食塩、食塩
21 木	中華どんぶり 春雨サラダ オレンジ	保育乳 ショートブレッド(ジャム) 黄桃	保育乳、豚肉、ホキ、牛乳	米、小麦粉、無塩バター、砂糖、はるさめ、砂糖、ごま油、片栗粉、揚げ油、油	もも缶、オレンジ、こまつな、にんじん、きゅうり、ヤングコーン、赤ピーマン、マーメレード、黒きくらげ、しょうが	しょうゆ、みりん、酢
22 金	キャロットライス ハンバーグのトマトソースかけ ブロッコリーサラダ ワカメスープ	アンパンマン ジュース	保育乳、豚ひき肉、卵、沖縄豆腐、牛乳	米、ホットケーキ粉、三温糖、無塩バター、生クリーム、片栗粉、砂糖、油、砂糖	たまねぎ、ブロッコリー、トマト水煮缶、えのきたけ、にんじん、しめじ、コーン缶、ねぎ、カットわかめ	和風ドレッシング、みりん、しょうゆ、食塩、コンソメ、カレー粉
23 土	もずくどんぶり 春雨スープ	保育乳 しゃけおにぎり	保育乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、シヤケフレーク	米、米、はるさめ、砂糖、片栗粉	もずく、たまねぎ、コーン缶、にんじん、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、ピーマン、しょうが、カットわかめ	しょうゆ、みりん、コンソメ、食塩
25 月	ごはん 魚のオーロラ焼き ブロッコリーひじき炒め 青菜みそ汁	保育乳 辛くずてんぷら オレンジ	保育乳、白身魚(ホキ)、豚肉、油揚げ、みそ	米、さつまいも、白玉粉、さつまいもでん粉、揚げ油、砂糖、マヨネーズ、油、砂糖	オレンジ、ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ひじき	ケチャップ、しょうゆ、食塩
26 火	ごはん 厚揚げそぼろ煮 ごま和え ポテトスープ	保育乳 みそポーポー バナナ	保育乳、調整豆乳、厚揚げ、豚ひき肉、大豆水煮、ツナ油漬缶、みそ、みそ	米、じゃがいも、小麦粉、砂糖、油、すりごま、砂糖、油、片栗粉	バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、もやし、しめじ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、しょうが、しょうが	みりん、しょうゆ、みりん、食塩
27 水	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	保育乳 ストーンクッキー パイナップル	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏ひき肉、卵、みそ、ツナ油漬缶、牛乳	米、小麦粉、無塩バター、砂糖、コーンフレーク、砂糖、油、ごま油、片栗粉	パイナップル、にんじん、もやし、こまつな、キャベツ、えのきたけ、たけのこ(ゆで)、長ねぎ、たまねぎ、オレグン、干しいたけ、にんにく、ひじき	しょうゆ、みりん、酢、食塩
28 木	麦ごはん 昆布納豆 切干し大根と豚肉の炒め物 鶏と青菜みそ汁	保育乳 スウィートポテト 黄桃	保育乳、挽きわり納豆、豚肉、鶏もも肉、みそ、調整豆乳	さつまいも、米、生クリーム、三温糖、押麦、砂糖、油	もも缶、にんじん、もやし、こまつな、しめじ、ピーマン、コーン缶、切り干しいたけ、マーメレード、黒きくらげ、塩こんぶ	みりん、しょうゆ
29 金	肉わかめうどん ちくわいソベ揚げ おかか和え	保育乳 チキンライスおにぎり	保育乳、豚肉、ちくわ、鶏もも肉	ゆでうどん、米、小麦粉、揚げ油、油、油、砂糖、砂糖	にんじん、こまつな、キャベツ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、カットわかめ、あおのり	ケチャップ、みりん、しょうゆ、みりん、コンソメ、ウスターソース、食塩
30 土	そぼろ(四色)どんぶり 豆腐スープ オレンジ	保育乳 昆布おにぎり	保育乳、豚ひき肉、鶏ひき肉、沖縄豆腐	米、米、砂糖、油	こまつな、にんじん、コーン缶、塩こんぶ、しょうが、カットわかめ、オレンジ	みりん、しょうゆ、食塩

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります




5月 離乳食こんだて表 ①



2026年5月

宜野湾市 保育こども園課

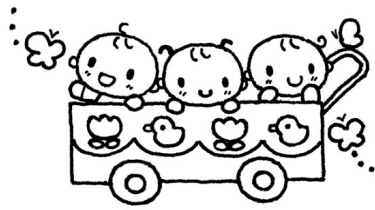
日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ、こまつな、しめじ、ピーマン、干しいたけ
2	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
4	月	みどりの日 						
5	火	こどもの日 						
6	水	振替休日 						
7	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ ブロccoliペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロccoli、かぼちゃ
8	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米	にんじん、こまつな、コーン缶、キャベツ、たまねぎ、ピーマン
9	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚肉	米	たまねぎ、にんじん、えのきたけ、こまつな、ごぼう
11	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	こまつな、たまねぎ、にんじん、ブロccoli、えのきたけ、ピーマン
12	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、豆腐、豚肉	米、さつまいも	にんじん、キャベツ、しめじ、こまつな、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
13	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ
14	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 鶏肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、鶏肉、豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、キャベツ、もやし、こまつな、えのきたけ、生しいたけ、ねぎ
15	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚	米、さつまいも	にんじん、キャベツ、たまねぎ、ごぼう、ピーマン、こまつな

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



※16日以降は裏面



5月 離乳食こんだて表 ②



2026年5月

宜野湾市 保育こども園課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
16	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、ピーマン
18	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚肉	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、こまつな、生しいたけ、たまねぎ、切り干しだいこん、カットわかめ
19	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚	米、 さつまいも	こまつな、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、たまねぎ
20	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚肉	米、 じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、しめじ、こまつな、きゅうり、黄ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん
21	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
22	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	米、 さつまいも	にんじん、もやし、こまつな、キャベツ、えのきたけ、たまねぎ、干しいたけ、ひじき
23	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐	米	もずく、たまねぎ、コーン缶、にんじん、キャベツ、ピーマン、赤ピーマン、ピーマン、カットわかめ
25	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚	米、さつまいも	ブロッコリー、にんじん、たまねぎ、こまつな、えのきたけ、ひじき
26	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚ひき肉	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、もやし、しめじ、ピーマン
27	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ ブロッコリーペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク ホットケーキ	ミルク、白身 魚	米、じゃがいも、 ホットケーキ粉	たまねぎ、ブロッコリー、えのきたけ、にんじん、しめじ、コーン缶、ねぎ、カットわかめ
28	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜サツマ芋ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつまいも煮	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまいも	にんじん、もやし、こまつな、しめじ、ピーマン、コーン缶、切り干しだいこん、たまねぎ
29	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚	米、 じゃがいも	にんじん、こまつな、キャベツ、たまねぎ、ねぎ、カットわかめ
30	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚ひ き肉、豆腐	米	こまつな、にんじん、コーン缶、カットわかめ、たまねぎ

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

