

	月	火	水	木	金	土					
朝おやつ	 朝ごはんは1日のパワーの源 朝食は1日のスタートの活力として、とても大切なものです。胃は目覚めてから30分程してやっと活動を開始します。朝食を食べる30分前には起床し、毎日しっかり朝ごはんを食べる習慣を身につけて、ウイルスにも負けないように1日を元気よくスタートさせましょう。 				1	ヨーグルト	2				
献立					ごはん 鯉のぼり型ハンバーグ(2,3,4,5歳) 豆腐ハンバーグ(1歳) ブロッコリーサラダ/大根のみそ汁 バナナ		野菜そぼろ丼 みそ汁 果物				
おやつ					牛乳, ポテトの海苔塩揚げ		野菜ジュース, せんべい				
朝おやつ	4	5	6	7	煮干し(0.1歳せんべい)	8	ヨーグルト	9			
献立	みどりの日(休園)		こどもの日(休園)		振替休日(休園)		ハヤシライス ゴボウサラダ コーンスープ ブドウゼリー	ごはん チキンてり焼き 切り干しイリチー ゆし豆腐の味噌汁 みかん缶	中華丼 みそ汁 果物		
おやつ					麦茶, 黒糖珈琲(黒糖蒸しパン)		牛乳, ゴーヤチップス (ゴーヤの日)	牛乳, せんべい			
朝おやつ	11	煮干し(0.1歳せんべい)	12	バナナ	13	せんべい	14	バナナ	15	ヨーグルト	16
献立	鶏そぼろ丼 ポテトサラダ アーサ汁 黄桃缶		ごはん 豚肉カレー風味炒め かぼちゃの甘煮 大根のみそ汁 オレンジ		沖縄そば 肉野菜炒め バナナ1/4		ごはん さばの香味焼き(1~2歳児白身魚に変更) からし菜炒め 肉団子スープ パイン缶				豚しょうが炒め丼 みそ汁 果物
おやつ	牛乳, シスコーン		牛乳, ミニバウムクーヘン		麦茶, ジューシーおにぎり		牛乳, きな粉芋		牛乳, 黒糖ちんすこう		牛乳, せんべい
朝おやつ	18	煮干し(0.1歳せんべい)	19	バナナ	20	せんべい	21	バナナ	22	ヨーグルト	23
献立	チキンカレーライス 切干し大根の和風サラダ コーンスープ パイン缶		もちきびご飯 チキンてり焼き 小松菜としめじ炒め じゃが芋のみそ汁 黄桃缶		タコライス かぼちゃサラダ もずくのすまし汁 バナナ1/4		ゆかりご飯 鮭のみそ焼き クレープイリチー とうがんのみそ汁 みかん缶		ごはん(ふりかけ) チキンのマーマレード焼き 菜の花ソテー ゆし豆腐 オレンジ		もずく丼 みそ汁 果物
おやつ	牛乳, マシュマロサンド, オレンジ (1歳児はビスケット, オレンジ)		牛乳, カスタードワッフル		麦茶, フルーツゼリー, 星形せんべい1枚		牛乳, りんごケーキ		【お誕生会】、牛乳, ロールケーキ(2,3,4,5歳), 手作りマフィン(1歳)		牛乳, せんべい
朝おやつ	25	煮干し(0.1歳せんべい)	26	バナナ	27	せんべい	28	ヨーグルト	29	バナナ	30
献立	スタミナ丼 きんぴらごぼう 大根のみそ汁 みかん缶		もちきびご飯 マグロカツ 糸こんにゃくの野菜炒め アーサ汁 ヨーグルト		ごはん 豚すき焼き風煮 じゃがいものみそ汁 バナナ		スパゲッティナポリタン ブロッコリーのじゃこ和え オニオンスープ パイン缶		ごはん じゃがいものそぼろ煮 納豆和え 麩とワカメのすまし汁 オレンジ		豚丼 みそ汁 果物
おやつ	牛乳, スイートポテト		牛乳, ビスコ, オレンジ		牛乳, きなことトースト		麦茶, 菜飯おにぎり		牛乳, ブルーベリージャムサンド		牛乳, せんべい

5月

離乳食献立表

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ) 主な食材	献立	バナナ位(荒みじん) 主な食材
1日 (金) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁(薄味) ささ身の野菜煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) 絹ごし豆腐,こいくち醤油,かつおだし ささ身ミンチ,片栗粉,玉ねぎ,人参 ブロッコリー	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁(薄味) ささ身の野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,こいくち醤油,かつおだし ささ身ミンチ,片栗粉,玉ねぎ,人参 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
2日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ),人参,大根,小松菜 絹ごし豆腐 かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,大根,小松菜 絹ごし豆腐 かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい 2枚	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい 2枚	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
4日 (月)	みどりの日(休園)			
5日 (火)	こどもの日(休園)			
6日 (水)	振替休日(休園)			
7日 (木) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,片栗粉 ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
8日 (金) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー	軟飯～全がゆ ゆし豆腐の味噌汁(薄味) ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) ゆし豆腐,みそ,かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー 人参
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
9日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(全がゆ),人参,白菜,じゃが芋 絹ごし豆腐 かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米(軟飯),人参,じゃが芋,白菜 絹ごし豆腐 かつおだし
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
11日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐の野菜あんかけ 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,ほうれん草,片栗粉 じゃが芋	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐の野菜あんかけ 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,ほうれん草,片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
12日 (火) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 野菜のつぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ 大根	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ 大根
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),キャベツ,人参	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),キャベツ,人参
13日 (水) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜のつぶし煮	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,人参,キャベツ,小松菜,片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 ささみと野菜のつぶし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし ささ身ミンチ,人参,キャベツ,小松菜,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
14日 (木) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,白菜,片栗粉 ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,白菜,片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
15日 (金) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,キャベツ じゃが芋	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,キャベツ じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),キャベツ,人参	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(軟飯),キャベツ,人参
16日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米,人参,じゃが芋,キャベツ 絹ごし豆腐 かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米,人参,じゃが芋,キャベツ 絹ごし豆腐 かつおだし
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい

5月

離乳食献立表

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期(7. 8か月)		後期(9. 10. 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度(つぶつぶ) 主な食材	献立	バナナ位(荒みじん) 主な食材
18日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐の野菜煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋	軟飯~全がゆ だし汁 豆腐の野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋 じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯芋おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
19日 (火) 午前	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,じゃが芋,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,キャベツ,じゃが芋,片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),キャベツ,人参	保育用ミルク 軟飯野菜おじや	保育ミルク 米(軟飯),キャベツ,人参
20日 (水) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜のつぶし煮	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,人参,キャベツ,じゃが芋,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 ささみと野菜のつぶし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし ささ身ミンチ,人参,キャベツ,じゃが芋,片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯南瓜おじや	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
21日 (木) 午前	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮	米(全がゆ) かつおだし 白身魚,人参,とうがん,ほうれん草,片栗粉	軟飯~全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 白身魚,人参,とうがん,ほうれん草,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯芋おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
22日 (金) 午前	全がゆ ゆし豆腐(薄味) ささ身の野菜煮	米(全がゆ) ゆし豆腐,こいくち醤油,かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,片栗粉	軟飯~全がゆ ゆし豆腐(薄味) ささ身の野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) ゆし豆腐,こいくち醤油,かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),人参,玉ねぎ	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(軟飯),人参,玉ねぎ
23日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のすまし汁	米,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,白身魚 絹ごし豆腐,かつおだし,こいくち醤油	野菜がゆ 豆腐のすまし汁	米,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,白身魚 絹ごし豆腐,かつおだし,こいくち醤油
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
25日 (月) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,キャベツ 大根	軟飯 だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,キャベツ 大根
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
26日 (火) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 ほぐし魚の野菜あんかけ	米(全がゆ) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,キャベツ,片栗粉	軟飯 豆腐のすまし汁 ほぐし魚の野菜あんかけ 手づかみ野菜	米(軟飯) 絹ごし豆腐,かつおだし 白身魚,人参,玉ねぎ,キャベツ,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おじや	保育ミルク 米(軟飯),ブロッコリー
27日 (水) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,じゃが芋,ほうれん草	軟飯 だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,じゃが芋,ほうれん草 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米(全がゆ),人参,白菜	保育用ミルク 軟飯野菜おじや	保育ミルク 米(軟飯),人参,白菜
28日 (木) 午前	全がゆ だし汁 ささみと野菜の煮込み	米(全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,片栗粉	軟飯 だし汁 ささみと野菜の煮込み 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,ブロッコリー,片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや(かぼちゃ)	保育ミルク 米(全がゆ),かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おじや(かぼちゃ)	保育ミルク 米(軟飯),かぼちゃ
29日 (金) 午前	全がゆ だし汁 豆腐の野菜煮	米(全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,じゃが芋,小松菜	軟飯 だし汁 豆腐の野菜煮 手づかみ野菜	米(軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐,人参,じゃが芋,小松菜 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋おじや	保育ミルク 米(全がゆ),さつまいも	保育用ミルク 軟飯芋おじや	保育ミルク 米(軟飯),さつまいも
30日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米,人参,じゃが芋,玉ねぎ,ほうれん草 絹ごし豆腐 かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米,人参,じゃが芋,玉ねぎ,ほうれん草 絹ごし豆腐 かつおだし
午後	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育ミルク 赤ちゃんせんべい