

5月 離乳食 献立表

令和8年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごつくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)
1	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	ササミおじや 野菜スープ
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		
2	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや ほうれん草スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
7	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し すましスープ	オレンジ果汁	トマトおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 つぶしソーメン汁	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 ソーメン汁		
8	金	初期	つぶし粥 シチューペースト サラダマッシュ 小松菜スープ	バナナ果汁	ササミおじや キャベツスープ
		中期	全粥 つぶしシチュー つぶしサラダ 小松菜スープ	バナナ	
		後期	軟飯 シチュー サラダ 小松菜スープ		
9	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋ペースト 冬瓜スープ	バナナ果汁	さつま芋おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 冬瓜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 さつま芋の煮物 冬瓜のみそ汁		
11	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ブロッコリーあえマッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	南瓜パンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしあえ 豆腐のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ブロッコリーあえ 豆腐のみそ汁		
12	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 人参煮物マッシュ すましスープ	バナナ果汁	ツナおじや 小松菜スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 人参しりしり煮 ゆし豆腐		
13	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜ペースト さつま芋マッシュ 冬瓜スープ	バナナ果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 冬瓜のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 さつま芋の煮物 冬瓜のみそ汁		
14	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	鶏粥 野菜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 キャベツサラダ オニオンスープ		
15	金	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 小松菜の白和えマッシュ 白菜スープ	オレンジ果汁	ツナおじや 小松菜スープ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし和え 白菜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 小松菜の和え物 白菜のみそ汁		
16	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 野菜スープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 大根のみそ汁		
18	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 煮奴 じゃが芋スープ	バナナ果汁	トマトおじや 南瓜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 煮奴 じゃが芋スープ	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 煮奴 じゃが芋スープ		
19	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 大根と人参ペースト 白菜スープ	バナナ果汁	さつま芋おじや 大根スープ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 大根と人参のつぶしきんぴら 白菜スープ	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 大根と人参のきんぴら 白菜スープ		
20	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 人参と豆腐のすり流し すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参と豆腐のつぶし煮 つぶしうどん汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 人参いり豆腐 うどん汁		
21	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 大根ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 大根の煮物 豆腐のすまし汁		
22	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜煮マッシュ 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	きなこパン粥
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜つぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜煮 豆腐のすまし汁		
23	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトマッシュ 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 ポテつぶしサラダ 大根のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ 大根のすまし汁		
25	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 白菜サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	さつま芋おじや 野菜スープ
		中期	全粥 ささみと野菜のつぶし煮 白菜つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 ささみの野菜煮 白菜サラダ 豆腐のすまし汁		
26	火	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 南瓜ペースト 冬瓜スープ	オレンジ果汁	南瓜パンケーキ
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 南瓜煮物 冬瓜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 南瓜の煮物 冬瓜のみそ汁		
27	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト さつま芋マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	鮭おじや 野菜スープ
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁		
28	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶし和え物 豆腐のみそ汁	バナナ	
		後期	軟飯 魚の煮つけ 和え物 豆腐のみそ汁		
29	金	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	トマト粥 豆腐のすまし汁
		中期	全粥 豆腐のつぶし煮 南瓜煮物 白菜のみそ汁	オレンジ	
		後期	軟飯 豆腐の煮物 南瓜の煮物 白菜のみそ汁		
30	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	おじや 野菜スープ
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ オニオンスープ	バナナ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ポテトサラダ オニオンスープ		

- ※ 4日(月)みどりの日でお休みです。
- ※ 5日(月)こどもの日でお休みです。
- ※ 6日(火)振替休日でお休みです。
- ※ 食材の都合により献立を変更することがあります。

