



5月献立表



2025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 木	あわごはん 高野豆腐のトマト焼き おかか和え 鶏肉スープ	有機無調整豆乳 ごまスコーン	有機無調整豆乳、豚ひき肉、鶏もも肉、 ○プレーンヨーグルト、チーズ、 高野豆腐、○卵	米、○強力粉、○無塩バター、○きび糖、 あわ、砂糖、油、○白ごま、○すりごま、 片栗粉	たまねぎ、キャベツ、トマト水煮缶、 もやし、にんじん、こまつな、にんにく	みりん、しょうゆ、 コンソメ、食塩
2 金	そぼろ(四色)どんぶり ブロッコリーごま和え オレンジ	有機無調整豆乳 ピザトースト	有機無調整豆乳、豚ひき肉、○ピザ用 チーズ、○ツナ油漬缶	米、○食パン、油、すりごま、黒糖	にんじん、こまつな、オレンジ、 ブロッコリー、コーン缶、○たまねぎ、 ○ピーマン、○コーン缶、しょうが	みりん、しょうゆ、 食塩
3 土	憲法記念日					
5 月	こどもの日					
6 火	振替休日					
7 水	ベジタブルカレー ウィンナー ブロッコリーサラダ	有機無調整豆乳 マーマレード蒸しケーキ りんご	有機無調整豆乳、豚肉、ウィンナー、 ○調製豆乳、○こしあん(生)	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、 油、○きび糖	たまねぎ、にんじん、○パイン、 ブロッコリー、かぼちゃ、○マーマレード	カレールー、 和風ドレッシング
8 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	有機無調整豆乳 人参わかめおにぎり	有機無調整豆乳、鶏もも肉、厚揚げ、 みそ、ツナ油漬缶	○米、米、あわ、油、○白ごま、 きび糖、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、 食塩
9 金	ごはん 魚のみそマヨ焼き 春雨チャンプルー 青菜スープ	有機無調整豆乳 紅芋ちんすこう オレンジ	有機無調整豆乳、白身魚(キング)、 豚肉、みそ	米、○小麦粉、○黒糖、○ラード、 マヨネーズ、はるさめ、 ○紅芋粉、油、きび糖	○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
10 土	五目ごはん 人参とツナの和え物 豆腐スープ	有機無調整豆乳 鮭おにぎり	有機無調整豆乳、沖縄豆腐、 豚肉、ツナ油漬缶	米	にんじん、こまつな、 しめじ、えのきたけ、 ねぎ	しょうゆ、 みりん、食塩
12 月	麦ごはん のり納豆 野菜炒め さつま芋みそ汁	有機無調整豆乳 きな粉スコーン オレンジ	有機無調整豆乳、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	○オレンジ、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
13 火	たきこみごはん 鶏の甘酢煮 ツナ和え 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 大学いも りんご	有機無調整豆乳、鶏もも肉、 沖縄豆腐、豚肉、みそ、 ツナ油漬缶	○さつまいも、米、○きび糖、 ○揚げ油、黒糖、○黒ごま	○りんご、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
14 水	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 黒糖蒸しケーキ バナナ	有機無調整豆乳、豚肉、 沖縄豆腐、○調製豆乳、 みそ、○こしあん(生)、 油揚げ	米、○ホットケーキ粉、 はるさめ、○油、 ○黒糖、きび糖、片栗粉、 油、ごま油	○バナナ、たまねぎ、 にんじん、こまつな、 きゅうり、パイン、 ピーマン、黒きくらげ、 干しいたけ	ケチャップ、 しょうゆ、酢
15 木	ごはん バーベキューチキン キャベツごま和え 大根みそ汁	有機無調整豆乳 ショートブレッド(ジャム) オレンジ	有機無調整豆乳、鶏もも肉、 豚肉、みそ、○牛乳	米、○小麦粉、○無塩バター、 ○きび糖、黒糖、すりごま、 油	○オレンジ、キャベツ、 こまつな、にんじん、 だいこん、しめじ、 ○ブルーベリージャム	ケチャップ、 しょうゆ、ウスター ソース、みりん
16 金	肉わかめうどん ちくわイソベ揚げ おかか和え	有機無調整豆乳 みそおにぎり	有機無調整豆乳、豚肉、 ちくわ、○ツナ油漬缶、 ○みそ	ゆでうどん、○米、 小麦粉、揚げ油、 ○きび糖、油、黒糖	もやし、にんじん、 こまつな、ねぎ、 カットわかめ、 ○味付けのり、 あおのり	みりん、 しょうゆ、食塩、 ○みりん
17 土	ドライカレー 人参の和え物 オレンジ	有機無調整豆乳 ミネラルおにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉	米	オレンジ、たまねぎ、 にんじん、ピーマン、 にんにく	カレールー、 ケチャップ、 ウスターソース
19 月	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	有機無調整豆乳 切干し大根ヒラヤーチー バナナ	有機無調整豆乳、 沖縄豆腐、○調製豆乳、 豚肉、ツナ油漬缶、 みそ	米、○小麦粉、 サラダ用スパゲティ、 和風ドレッシング、 ○油、油、きび糖、 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、○切り干しだいこん	しょうゆ、 みりん、○ケチャップ、 ○ウスターソース、 食塩、○食塩
20 火	ごはん 魚のコーン焼き ブロッコリーひじき炒め 青菜みそ汁	有機無調整豆乳 芋くずてんぷら りんご	有機無調整豆乳、 白身魚(キング)、 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、 ○きび糖、マヨネーズ、 油	○りんご、ブロッコリー、 にんじん、たまねぎ、 こまつな、 クリームコーン缶、 えのきたけ、 ひじき	しょうゆ、 食塩、パセリ粉
21 水	中華どんぶり 春雨サラダ オレンジ	有機無調整豆乳 きなこトースト	有機無調整豆乳、豚肉、 白身魚(キング)、 ○きな粉、○有機無調整豆乳	米、○食パン、 ○無塩バター、○きび糖、 はるさめ、黒糖、 ごま油、片栗粉、 揚げ油、油	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、 黒きくらげ、 しょうが	しょうゆ、 みりん、酢
22 木	ウッチャンライス ハンバーグのトマトソースかけ ブロッコリーサラダ 星のスープ	有機無調整豆乳 誕生会ケーキ(コア)	有機無調整豆乳、豚ひき肉、 ○卵、沖縄豆腐、 ○牛乳	米、○ホットケーキ粉、 ○黒糖、○無塩バター、 ○生クリーム、 パン粉、片栗粉、 きび糖、油、 星の麩、○黒糖	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 金	カレースパゲティ ブロッコリーサラダ 青菜スープ	有機無調整豆乳 昆布おにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉、 大豆水煮	○米、 スパゲティ、和風ドレッシング、 ○白ごま	たまねぎ、 にんじん、ブロッコリー、 こまつな、 えのきたけ、 ピーマン、 ○塩こんぶ、 にんにく	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
24 土	もずくどんぶり ブロッコリーの和え物 りんご	有機無調整豆乳 鮭おにぎり	有機無調整豆乳、 鶏ひき肉	米、片栗粉、 きび糖	もずく、 コーン缶、 赤ピーマン、 ピーマン、 しょうが、 ブロッコリー	しょうゆ、 みりん
26 月	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	有機無調整豆乳 ストーンクッキー オレンジ	有機無調整豆乳、 沖縄豆腐、豚ひき肉、 ○卵、油揚げ、 みそ、○有機無調整豆乳	米、○小麦粉、 ○無塩バター、○きび糖、 ○コーンフレーク、 黒糖、油、 ごま油、片栗粉	○オレンジ、 キャベツ、にんじん、 長ねぎ、こまつな、 えのきたけ、 たけのこ(ゆで)、 切り干しだいこん、 ○レーズン、 干しいたけ、 にんにく、 ひじき	しょうゆ、 みりん、酢、 食塩
27 火	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	有機無調整豆乳 スウィートポテト りんご	有機無調整豆乳、 挽きわり納豆、 豚肉、鶏もも肉、 みそ、○有機無調整豆乳	○さつまいも、 米、○生クリーム、 ○きび糖、 押麦、黒糖、 油	○りんご、 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、 ○マーマレード、 黒きくらげ、 塩こんぶ	みりん、 しょうゆ
28 水	☆ お弁当会 ☆					
29 木	ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え ポテトスープ	有機無調整豆乳 みそポーポー バナナ	有機無調整豆乳、 有機無調整豆乳、 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、 ○きび糖、油、 黒糖、○油、 片栗粉	○バナナ、 たまねぎ、もやし、 にんじん、 こまつな、 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
30 金	ごはん 肉とうふ煮 ナムル じゃが芋とキャベツみそ汁	有機無調整豆乳 チキンライスおにぎり	有機無調整豆乳、 沖縄豆腐、豚肉、 ○鶏もも肉、 みそ	○米、 米、じゃがいも、 しらたき、 きび糖、 ○油、油、 ごま油、 ○黒糖	キャベツ、 にんじん、 ○たまねぎ、 にんじん、 長ねぎ、 生しいたけ、 たまねぎ、 きゅうり、 切り干しだいこん、 カットわかめ	○ケチャップ、 しょうゆ、 みりん、 酢、 ○みりん、 ○コンソメ、 ○ウスターソース
31 土	昆布ごはん 人参とツナの和え物 さつま芋豚汁	有機無調整豆乳 ミネラルおにぎり	有機無調整豆乳、 豚肉、みそ、 ツナ油漬缶	米、 さつまいも	にんじん、 たまねぎ、 塩こんぶ	

☆ 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



2025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	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	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	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米	たまねぎ、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
2	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 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、食パン、じゃがいも	にんじん、こまつな、ブロッコリー、コーン缶、たまねぎ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
3	土	憲法記念日						
5	月	こどもの日						
6	火	振替休日						
7	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 白身魚ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、かぼちゃ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
8	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 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	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
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
9	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 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	こまつな、たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、えのきたけ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
10	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豆腐、豚肉	米	にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ
12	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	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	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
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
13	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 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	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
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
14	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 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米	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
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
15	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 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	保育乳、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★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



2025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
16	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 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込みうどん 魚煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、白身魚	ゆでうどん、米	もやし、にんじん、こまつな、ねぎ、カットわかめ、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
17	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚ひき肉	米	たまねぎ、にんじん、ピーマン
19	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 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米	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、ねぎ、切り干しだいこん
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
20	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 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	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
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
21	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	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、食パン、じゃがいも	こまつな、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサント			
22	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 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	キャベツ、こまつな、にんじん、だいこん、しめじ、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
23	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 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、さつまいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、えのきたけ、ピーマン
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
24	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	鶏ひき肉	米	もずく、コーン缶、ピーマン、にんじん
26	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	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	米	キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ、切り干しだいこん、干しいたけ、ひじき、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
27	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 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	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
			ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮	ミルク さつま芋煮			
28	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 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚ひき肉、豆腐	米、ホットケーキ粉、じゃがいも	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、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
29	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 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、しめじ、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
30	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 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、じゃがいも	キャベツ、にんじん、たまねぎ、生しいたけ、きゅうり、切り干しだいこん、カットわかめ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
31	土	野菜がゆ	ぞうすい	ぞうすい	ぞうすい	豚肉	米、さつまいも	にんじん、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