

2026年 5月 離乳食予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

| 日付 | 時間帯 | 後期食 (9~11ヶ月頃) なめらかにすりつぶしたペースト状 | 中期食 (7~8ヶ月頃) 舌でつぶせるくらいの固さ | 初期食 (5~6ヶ月頃) 歯茎でつぶせるくらいの固さ | 主な材料 |
|-------|-----|--|--|--|--|
| 01(金) | 昼食 | おかゆ 白身魚のおろし煮 白菜のやわらか煮 かつおだし汁 | おかゆ 白身魚のおろし煮 白菜のやわらか煮 かつおだし汁 | おかゆ 白身魚のおろし煮 (ペースト) 白菜ペースト かつおだし汁 | 米 キヌガ だいこん 豚肉 はくさい ほうれんそう じんじん だし汁 |
| | おやつ | 鶏雑炊 | | | 米 鶏ひき肉 ほうれんそう じんじん |
| 02(土) | 昼食 | 野菜煮込みうどん ほうれん草と豆腐の煮物 バナナ (スライス) | 野菜煮込みうどん ほうれん草と豆腐の煮物 みかん | おかゆ キャベツ・ほうれん草ペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁 | うどん 鶏ひき肉 キャベツ たまねぎ じんじん ほうれん草 豆腐 バナナ |
| | おやつ | 一口おにぎり (しらす) | | | 米 しらす干し |
| 07(木) | 昼食 | みそ煮込みうどん キャベツとしらす煮 バナナ (スライス) | みそ煮込みうどん キャベツとしらす煮 バナナ (つぶし) | おかゆ キャベツペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁 | うどん (小麦) 鶏肉 たまねぎ じんじん ほうれんそう キャベツ きゅうり じんじん しらす干し バナナ |
| | おやつ | 食パン トマトスープ | | | 食パン (小麦・卵) トマト たまねぎ じんじん |
| 08(金) | 昼食 | おかゆ 豆腐のマーボー風 ゴーヤーと大根の煮物 かつおだし汁 | おかゆ 豆腐のマーボー風 大根の煮物 かつおだし汁 | おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・にんじんペースト かつおだし汁 | 米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にがうり だいこん じんじん ツナ だし汁 |
| | おやつ | 野菜雑炊 | | | 米 ほうれんそう じんじん |
| 09(土) | 昼食 | おかゆ 焼きさば (ほぐし) かぼちゃと青菜の煮物 そうめん汁 | おかゆ 白身魚の煮物 かぼちゃと青菜の煮物 そうめん汁 | おかゆ 白身魚と玉ねぎのペースト かぼちゃペースト かつおだし汁 | 米 さば 塩 かぼちゃ こまつな そうめん |
| | おやつ | バナナ せんべい | | | バナナ せんべい |
| 11(月) | 昼食 | そぼろあんかけ丼 マッシュポテトサラダ わかめスープ バナナ (スライス) | そぼろあんかけ丼 マッシュポテトサラダ わかめスープ バナナ (つぶし) | おかゆ じゃがいもペースト にんじんペースト かつおだし汁 | おかゆ 鶏ひき肉 じんじん たまねぎ じゃがいも じんじん きゅうり わかめ だし汁 バナナ |
| | おやつ | 一口おにぎり (ツナ) | | | 米 ツナ |
| 12(火) | 昼食 | おかゆ 豆腐のそぼろ煮 さつまいものお焼き 玉ねぎスープ | おかゆ 豆腐のそぼろ煮 さつまいもの甘煮 玉ねぎスープ | おかゆ 豆腐のつぶし煮 さつまいもペースト かつおだし汁 | 米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ ピーマン さつまいも じんじん 片栗粉 たまねぎ |
| | おやつ | 野菜雑炊 | | | 米 ほうれんそう じんじん |
| 13(水) | 昼食 | おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 キャベツの煮物 みそ汁 (じゃがいも・こまつな) | おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 キャベツの煮物 みそ汁 (じゃがいも・こまつな) | おかゆ 白身魚とポテトのペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁 | 米 キヌガ クリームコーン たまねぎ じんじん 豚肉 キャベツ じんじん ピーマン じゃがいも こまつな |
| | おやつ | 一口おにぎり (しらす) | | | 米 しらす干し |
| 14(木) | 昼食 | そぼろあんかけ丼 ひじきと豆腐の煮物 たまねぎスープ バナナ (スライス) | そぼろあんかけ丼 ほうれん草と豆腐の煮物 たまねぎスープ バナナ (つぶし) | おかゆ 豆腐のつぶし煮 ほうれん草ペースト かつおだし汁 | 米 鶏ひき肉 じんじん たまねぎ ひじき 豆腐 ほうれんそう たまねぎ バナナ |
| | おやつ | 煮込みうどん | | | うどん (小麦) ツナ じんじん ほうれんそう |
| 15(金) | 昼食 | おかゆ ササミの肉団子 (あんかけ) 大根とツナの煮物 みそ汁 (もずく) | おかゆ ササミと青菜の煮物 大根とツナの煮物 かつおだし汁 | おかゆ 大根・にんじんペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁 | 米 ささみ だし汁 片栗粉 塩 ほうれんそう ツナ だいこん じんじん いんげん もずく だし汁 みそ |
| | おやつ | ポロポロジュシー | | | 米 ひじき じんじん |
| 16(土) | 昼食 | おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃのそぼろあん みそ汁 (だいこん) | おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃのそぼろあん みそ汁 (だいこん) | おかゆ 白菜・こまつなペースト かぼちゃペースト かつおだし汁 | 米 豚肉 はくさい こまつな たまねぎ じんじん かぼちゃ 鶏ひき肉 だいこん |
| | おやつ | 一口おにぎり (わかめ) | | | 米 わかめ |
| 18(月) | 昼食 | おかゆ 野菜のトマト煮 キャベツのおかか煮 かつおだし汁 | おかゆ 野菜のトマト煮 キャベツのおかか煮 かつおだし汁 | おかゆ にんじんペースト キャベツ・小松菜ペースト かつおだし汁 | 米 鶏ひき肉 なす じんじん たまねぎ ピーマン ホールト マト キャベツ こまつな きゅうり かつお節 だし汁 |
| | おやつ | わかめ粥 | | | 米 わかめ 塩 |

* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります

* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします

2026年 5月 離乳食予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom

| 日付 | 時間帯 | 後期食（9～11ヶ月頃） なめらかにすりつぶしたペースト状 | 中期食（7～8ヶ月頃） 舌でつぶせるくらいの固さ | 初期食（5～6ヶ月頃） 歯茎でつぶせるくらいの固さ | 主な材料 |
|-------|-----|--|--|--|--|
| 19(火) | 昼食 | おかゆ 焼き鮭（ほぐし） ひじきと野菜の炒め煮 みそ汁（とうがん） | おかゆ 白身魚の煮物 キャベツの煮物 みそ汁（とうがん） | おかゆ 白身魚ペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁 | 米 さけ 塩 ひじき 豚肉 キャベツ にんじん とうがん |
| | おやつ | ミルクトースト | | | 食パン（小麦・乳） 育児用ミルク |
| 20(水) | 昼食 | 煮込みうどん さつまいもの甘煮 ヨーグルト | 煮込みうどん さつまいもの甘煮 ヨーグルト | おかゆ ほうれん草ペースト さつまいもペースト かつおだし汁 | うどん（小麦） 豚肉 たまねぎ にんじん ほうれん草 さつまいも 砂糖 ヨーグルト（乳） |
| | おやつ | おにぎり（しらす） | | | 米 しらす干し |
| 21(木) | 昼食 | お誕生会（お弁当） | | | |
| | おやつ | 鶏雑炊 バナナ | | | 米 鶏むね肉 こまつな にんじん バナナ |
| 22(金) | 昼食 | おかゆ ササミ団子とにんじんの煮物 大根とブロッコリーののりみそ煮 みそ汁（白菜） | おかゆ ササミとにんじんの煮物 大根とブロッコリーののりみそ煮 みそ汁（白菜） | おかゆ ブロッコリーペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁 | 米 ささみ だし汁 片栗粉 塩 だし汁 にんじん だいこん ブロッコリー ツナ はくさい だし汁 みそ |
| | おやつ | 野菜雑炊 | | | 米 たまねぎ ピーマン にんじん |
| 23(土) | 昼食 | おかゆ 豆腐のみそ煮 マッシュポテト（にんじん） 玉ねぎスープ | おかゆ 豆腐のみそ煮 マッシュポテト（にんじん） 玉ねぎスープ | おかゆ 豆腐のつぶし煮 ポテトペースト かつおだし汁 | 米 豆腐 鶏むね肉 たまねぎ にんじん じゃがいも にんじん だし汁 たまねぎ だし汁 |
| | おやつ | さつまいも粥 | | | 米 さつまいも |
| 25(月) | 昼食 | トマトスパゲティ 食パン キャベツの煮物 大根スープ | おかゆ マカロニのトマト煮 キャベツの煮物 大根スープ | おかゆ キャベツ・トマトペースト にんじんペースト かつおだし汁 | スパゲティ（小麦） 鶏むね肉 たまねぎ にんじん ピーマン ホールトマト 食パン（小麦・乳） キャベツ にんじん だいこん だし汁 |
| | おやつ | 青菜粥 | | | 米 ほうれん草 塩 |
| 26(火) | 昼食 | おかゆ 大根のそぼろ煮 豆腐と青菜ののりみそ煮 みそ汁（じゃが芋） | おかゆ 大根のそぼろ煮 豆腐と青菜ののりみそ煮 みそ汁（じゃが芋） | おかゆ 豆腐のつぶし煮 大根・こまつなペースト かつおだし汁 | 米 鶏むね肉 だいこん にんじん いんげん 豆腐 こまつな じゃがいも |
| | おやつ | 一口おにぎり（青のり） | | | 米 あおのり |
| 27(水) | 昼食 | おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 かぼちゃの甘煮 みそ汁（白菜） | おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 いり豆腐 みそ汁（白菜） | おかゆ 魚とほうれん草のペースト かぼちゃペースト かつおだし汁 | 米 キング 豆腐 ほうれん草 かぼちゃ はくさい |
| | おやつ | 野菜雑炊 | | | 米 ほうれん草 にんじん |
| 28(木) | 昼食 | おかゆ 鶏肉じゃが ブロッコリーのおかか煮 かつおだし汁 | おかゆ 鶏肉じゃが ブロッコリーのおかか煮 かつおだし汁 | おかゆ ポテトペースト ブロッコリーペースト かつおだし汁 | 米 鶏肉 じゃがいも にんじん たまねぎ ブロッコリー かつお節 だし汁 |
| | おやつ | おにぎり（しらす） | | | 米 しらす干し |
| 29(金) | 昼食 | おかゆ 鶏肉と大根の煮物 レバーと豆腐の煮物 みそ汁（とうがん） | おかゆ 鶏肉と大根の煮物 豆腐の煮物 みそ汁（とうがん） | おかゆ 大根ペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁 | 米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん 豚レバー 豆腐 たまねぎ とうがん |
| | おやつ | 野菜煮込みうどん | | | うどん（小麦） 豚肉 にんじん キャベツ |
| 30(土) | 昼食 | そぼろあんかけ丼 じゃがいものおかか煮 たまねぎスープ みかん缶 | そぼろあんかけ丼 じゃがいものおかか煮 たまねぎスープ みかん缶 | おかゆ ポテトペースト にんじんペースト かつおだし汁 | 米 鶏むね肉 にんじん たまねぎ じゃがいも いんげん かつお節 たまねぎ だし汁 みかん |
| | おやつ | 一口おにぎり（わかめ） | | | 米 わかめ |

< 移行（ステップアップ）の基準 >

- ① 現在の食事形態を上手に食べられているか
- ② 家庭で食べている形態が、園で提供している食事形態より先に進んでいるか
- ③ 離乳食食材チェック表の食材に概ね○がついているか
(移行後の食事形態の食材にも、よく使う食材には○がついている方が好ましい)



* 園行事、給食材料等の都合により献立を変更することがあります
* 新規アレルギー発症予防のため、園で初めて食べることがないよう食材の確認をお願いします