

令和4年 5月 離乳食(完了期) 献立表

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ	日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			10時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの						熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	日							火	軟飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 切干大根の煮物 トマト	チヂミ 牛乳	米、小麦粉、パン粉、 片栗粉、マヨドレ、 油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、豚ひき肉、米み そ、しらす干し	トマト、にんじん、ねぎ、 にら、切り干しだいこん、 にんにく、しょうが、わか め	せんべい 麦茶	
2	月	わかめおにぎり いちご キャベツとひき肉の炒め物 ブロッコリーの胡麻マヨネーズあえ すまし汁	こいのぼりクッキー 牛乳	米、小麦粉、三温糖、 マヨドレ、油	牛乳、木綿豆腐、豚 ひき肉、無塩バター、 すりごま(白)	いちご、ブロッコリー、 キャベツ、にんじん、カッ トわかめ、にんにく、しょう が	せんべい 麦茶	水	キーマカレー 大根とじゃこのサラダ スープ なつみかん	きなこスティックラスク 牛乳	米、食パン、油、三温 糖、ごま油	牛乳、豚ひき肉、だい ず(ゆで)、きな粉、し らす干し	なつみかん、だいこん、 たまねぎ、コーン缶、もや し、きゅうり、にんじん、 ホールトマト缶詰、しょう が、わかめ、にんにく	せんべい 麦茶	
3	火							木	軟飯 さけの塩焼き 納豆サラダ 五目みそ汁	小松菜マフィン 牛乳	米、ホットケーキ粉、 三温糖、ごま油	牛乳、さけ、卵、パ ター、挽きわり納豆、 しらす干し、米みそ	オレンジ、こまつな、たま ねぎ、にんじん、キャベ ツ、かぼちゃ、ねぎ	せんべい 麦茶	
4	水							金	肉うどん じゃがいもの味噌炒め きゅうりのおかか和え ジョア	わかめおにぎり 鉄骨スナック 麦茶	じゃがいも、干しうど ん、米、片栗粉、なた ね油、三温糖	豚肉、豚レバー、米み そ、ごま、かつお節 (削り節)	きゅうり、たまねぎ、こまつ な、ねぎ、にんじん、しょう が	せんべい 麦茶	
5	木							土	マーボー豆腐丼 キャベツの中華風サラダ スープ ヨーグルト	鮭おにぎり 麦茶	米、油、片栗粉、三温 糖、ごま油	ヨーグルト、木綿豆 腐、豚赤身ひき肉、さ け、米みそ、白ごま	キャベツ、にんじん、きゅ うり、ねぎ、たまねぎ、コー ン缶、にんにく、しょうが、 わかめ	せんべい 麦茶	
6	金	肉うどん じゃがいもの味噌炒め きゅうりのおかか和え ジョア	わかめおにぎり 鉄骨スナック 麦茶	じゃがいも、干しうど ん、米、片栗粉、油、 三温糖	豚肉、豚レバー、米み そ、ごま、かつお節 (削り節)	きゅうり、たまねぎ、こまつ な、ねぎ、にんじん、しょう が	せんべい 麦茶	日							
7	土	マーボー豆腐丼 キャベツの中華風サラダ スープ ヨーグルト	鮭おにぎり 麦茶	米、油、片栗粉、三温 糖、ごま油	ヨーグルト、木綿豆 腐、豚赤身ひき肉、さ け、米みそ、白ごま	キャベツ、にんじん、きゅ うり、ねぎ、たまねぎ、コー ン缶、にんにく、しょうが、 わかめ	せんべい 麦茶	月	軟飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き さつま芋のレモン煮 きゃべつときゅうりのごま酢あえ	お好みマカロニ 牛乳	米、さつまいも、マカ ロニ、マヨドレ、砂糖、 油、三温糖	牛乳、豚肉、木綿豆 腐、米みそ、すりごま (白)、かつお節(削り 節)	たまねぎ、キャベツ、きゅ うり、ねぎ、しょうが、レモ ン果汁、あおのり	せんべい 麦茶	
8	日							火	軟飯 カレイ五目あんかけ もやしと小松菜のナムル 味噌汁	そら豆としらすのおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、片栗 粉、油、三温糖、ごま 油	ヨーグルト、かたひい、 しらす干し、米みそ、 黒ごま	もやし、たまねぎ、にんじ ん、そらまめ、こまつな、 ねぎ、さやえんどう、しょう が	せんべい 麦茶	
9	月	軟飯 味噌汁 豚肉の生姜焼き さつま芋のレモン煮 きゃべつときゅうりのごま酢あえ	お好みマカロニ 牛乳	米、さつまいも、マカ ロニ、マヨドレ、砂糖、 油、三温糖	牛乳、豚肉、木綿豆 腐、米みそ、すりごま (白)、かつお節(削り 節)	たまねぎ、キャベツ、きゅ うり、ねぎ、たまねぎ、コー ン果汁、あおのり	せんべい 麦茶	水	グリンピース御飯 スープ 鶏の塩から揚げ(煮) ツナサラダ トマト	誕生日ケーキ 牛乳	米、ホットケーキ粉、 片栗粉、マヨドレ、 油、三温糖	牛乳、鶏もも肉、ツナ 水煮缶、卵	トマト、キャベツ、コーン 缶、いちご、たまねぎ、 きゅうり、グリンピース、 カットわかめ、こんぶ、 しょうが、にんにく	せんべい 麦茶	
10	火	軟飯 カレイ五目あんかけ もやしと小松菜のナムル 味噌汁	そら豆としらすのおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、片栗 粉、油、三温糖、ごま 油	ヨーグルト、かたひい、 しらす干し、米みそ、 黒ごま	もやし、たまねぎ、にんじ ん、そらまめ、こまつな、 ねぎ、さやえんどう、しょう が	せんべい 麦茶	木	軟飯 ポークビーンズ ブロッコリー スープ	納豆トースト 麦茶	米、じゃがいも、食パ ン、マヨドレ、三温糖、 油	豚肉、木綿豆腐、挽き わり納豆、だいず、と ろけるチーズ	たまねぎ、トマト、ブロッ コリー、にんじん、ねぎ、に んにく、刻みのり、わかめ	せんべい 麦茶	
11	水	軟飯 鶏肉のパーベキューソース コールスローサラダ わかめスープ	キャロットケーキ 牛乳	米、小麦粉、三温糖、 油、片栗粉、マヨドレ	牛乳、鶏もも肉、プロ セスチーズ、卵	キャベツ、りんご、たまね ぎ、きゅうり、にんじん、 コーン缶、ねぎ、わかめ、 しょうが	せんべい 麦茶	金	豆腐の中華煮 マカロニサラダ 味噌汁 バナナ	大学芋 牛乳	さつまいも、米、マカ ロニ、三温糖、マヨド レ、油、片栗粉、ごま 油	牛乳、木綿豆腐、豚 肉、米みそ、黒ごま	バナナ、もやし、キャベ ツ、にんじん、チンゲンサ イ、きゅうり、たまねぎ、に んにく、わかめ	せんべい 麦茶	
12	木	軟飯 ポークビーンズ ブロッコリー スープ	納豆トースト 麦茶	米、じゃがいも、食パ ン、マヨドレ、三温糖、 油	豚肉、木綿豆腐、挽き わり納豆、だいず、と ろけるチーズ	たまねぎ、トマト、ブロッ コリー、にんじん、ねぎ、に んにく、刻みのり、わかめ	せんべい 麦茶	土	チャンポンうどん ポイルウインナー じゃがいもの甘煮 ジョア	ゆかりおにぎり 麦茶	米、干しうどん、じゃが いも、三温糖、ごま油	ウインナー、豚肉	キャベツ、もやし、ねぎ、 にんじん	せんべい 麦茶	
13	金	豆腐の中華煮 マカロニサラダ 味噌汁 バナナ	大学芋 牛乳	さつまいも、米、マカ ロニ、三温糖、マヨド レ、油、片栗粉、ごま 油	牛乳、木綿豆腐、豚 肉、米みそ、黒ごま	バナナ、もやし、キャベ ツ、にんじん、チンゲンサ イ、きゅうり、たまねぎ、に んにく、わかめ	せんべい 麦茶	日							
14	土	チャンポンうどん ポイルウインナー じゃがいもの甘煮 ジョア	ゆかりおにぎり 麦茶	米、干しうどん、じゃが いも、三温糖、ごま油	ウインナー、豚肉	キャベツ、もやし、ねぎ、 にんじん	せんべい 麦茶	月	軟飯 みそ汁 さわらのコーンマヨネーズ焼き しらすときゅうりの酢の物 かぼちゃ煮	トマトペンネ 牛乳	米、ペンネ、マヨドレ、 小麦粉、三温糖、油	牛乳、さわら、生揚 げ、米みそ、ツナ水煮 缶、しらす干し、白ご ま、バター、粉チーズ	かぼちゃ、だいこん、きゅ うり、ホールトマト缶詰、た まねぎ、ねぎ、にんじん、 クリームコーン缶、わかめ	せんべい 麦茶	
15	日							火	軟飯 味噌汁 鶏肉のパン粉焼き 切干大根の煮物 トマト	チヂミ 牛乳	米、小麦粉、パン粉、 片栗粉、マヨドレ、 油、三温糖、ごま油	牛乳、鶏もも肉、木綿 豆腐、豚ひき肉、米み そ、しらす干し	トマト、にんじん、ねぎ、 にら、切り干しだいこん、 にんにく、しょうが、カッ トわかめ	せんべい 麦茶	
16	月	軟飯 みそ汁 さわらのコーンマヨネーズ焼き しらすときゅうりの酢の物 かぼちゃ煮	トマトペンネ 牛乳	米、ペンネ、マヨドレ、 小麦粉、三温糖、油	牛乳、さわら、生揚 げ、米みそ、ツナ水煮 缶、しらす干し、白ご ま、バター、粉チーズ	かぼちゃ、だいこん、きゅ うり、ホールトマト缶詰、た まねぎ、ねぎ、にんじん、 クリームコーン缶、わかめ	せんべい 麦茶								

※献立は都合により変更になる場合があります。