

令和4年 5月 離乳食(後期) 献立表

むさしの森保育園

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	全粥 味噌汁 豆腐ステーキ にんじんのおかか煮 トマト	チヂミ 麦茶	米、小麦粉、片栗粉、油、三温糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、しらす干し、米みそ、かつお節(削り節)	トマト、にんじん	ハイハイ 麦茶	
2	月	全粥 いちご キャベツとひき肉の炒め煮 ブロッコリーのあえ物 すまし汁	こいのぼりクッキー 麦茶	米、小麦粉、油、三温糖、片栗粉	豚ひき肉	いちご、ブロッコリー、キャベツ、にんじん	ハイハイ 麦茶	水	野菜のリゾット 大根とじゃこの和え物 茹でにんじん 野菜スープ	きなこスティックパン 麦茶	食パン、米、油、三温糖、ごま油	豚ひき肉、きな粉、しらす干し	にんじん、たまねぎ、だいこん、きゅうり	ハイハイ 麦茶	
3	火							木	全粥 味噌汁 さけの塩焼き かぼちゃ煮 納豆サラダ	小松菜パンケーキ 麦茶	小麦粉、米、三温糖、油、ごま油	さけ、挽きわり納豆、しらす干し、米みそ	こまつな、かぼちゃ、キャベツ、にんじん	ハイハイ 麦茶	
4	水							金	肉うどん じゃがいもの味噌炒め煮 きゅうりのおかか和え 茹でにんじん	おかかおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、干しうどん、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉、かつお節、米みそ	にんじん、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、こまつな	ハイハイ 麦茶	
5	木							土	マーボー豆腐丼 キャベツの中華風サラダ 茹でにんじん 野菜スープ	青のりおにぎり 麦茶	米、片栗粉、油、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、米みそ	にんじん、キャベツ、ねぎ、たまねぎ、きゅうり、あおのり	ハイハイ 麦茶	
6	金	肉うどん じゃがいもの味噌炒め煮 きゅうりのおかか和え 茹でにんじん	おかかおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、干しうどん、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉、かつお節(削り節)、米みそ	にんじん、たまねぎ、きゅうり、ねぎ、こまつな	ハイハイ 麦茶	日							
7	土	マーボー豆腐丼 キャベツの中華風サラダ 茹でにんじん 野菜スープ	青のりおにぎり 麦茶	米、片栗粉、油、ごま油	木綿豆腐、豚赤身ひき肉、米みそ	にんじん、キャベツ、ねぎ、たまねぎ、きゅうり、あおのり	ハイハイ 麦茶	月	全粥 さつまいものそぼろ煮 きゃべつときゅうりのあえ物 味噌汁	お好みマカロニ 麦茶	さつまいも、マカロニ、米、片栗粉	鶏ひき肉、かつお節、米みそ	キャベツ、きゅうり、あおのり	ハイハイ 麦茶	
8	日							火	全粥 味噌汁 タラの五目あんかけ もやしのナムル 粉ふきいも	しらすのおにぎり 麦茶	米、じゃがいも、米、片栗粉、ごま油	たら、しらす干し、米みそ	もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな	ハイハイ 麦茶	
9	月	全粥 さつまいものそぼろ煮 きゃべつときゅうりのあえ物 味噌汁	お好みマカロニ 麦茶	さつまいも、マカロニ、米、片栗粉	鶏ひき肉、かつお節(削り節)、米みそ	キャベツ、きゅうり、あおのり	ハイハイ 麦茶	水	全粥 野菜スープ 煮込みハンバーグ ツナサラダ トマト	パンケーキ 麦茶	小麦粉、米、三温糖、片栗粉、油	鶏ひき肉、ツナ水煮缶	トマト、たまねぎ、キャベツ、きゅうり	ハイハイ 麦茶	
10	火	全粥 味噌汁 タラの五目あんかけ もやしのナムル 粉ふきいも	しらすのおにぎり 麦茶	七分つき米、じゃがいも、米、片栗粉、ごま油	たら、しらす干し、米みそ	もやし、にんじん、たまねぎ、こまつな	ハイハイ 麦茶	木	全粥 豆腐と野菜のトマト煮 ブロッコリー 野菜スープ	ポタートースト 麦茶	食パン、じゃがいも、米、三温糖、油	木綿豆腐、バター	ブロッコリー、トマト、たまねぎ、にんじん	ハイハイ 麦茶	
11	水	全粥 野菜スープ 鶏つくねのあんかけ コールスローサラダ 茹でにんじん	人参蒸しパン 麦茶	小麦粉、米、三温糖、油、片栗粉	鶏ひき肉	にんじん、キャベツ、きゅうり	ハイハイ 麦茶	金	豆腐のうま煮 バナナ もやしのナムル 茹でにんじん 味噌汁	さつま芋スティック焼き 麦茶	さつまいも、米、片栗粉、油、三温糖、ごま油	木綿豆腐、米みそ	バナナ、もやし、にんじん、キャベツ	ハイハイ 麦茶	
12	木	全粥 豆腐と野菜のトマト煮 ブロッコリー 野菜スープ	ポタートースト 麦茶	食パン、じゃがいも、米、三温糖、油	木綿豆腐、バター	ブロッコリー、トマト、たまねぎ、にんじん	ハイハイ 麦茶	土	チャンボンうどん じゃがいもの甘煮 人参スティック	きな粉おにぎり 麦茶	米、干しうどん、じゃがいも、三温糖、ごま油	ツナ水煮缶、きな粉	にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ	ハイハイ 麦茶	
13	金	豆腐のうま煮 バナナ もやしのナムル 茹でにんじん 味噌汁	さつま芋スティック焼き 麦茶	さつまいも、米、片栗粉、油、三温糖、ごま油	木綿豆腐、米みそ	バナナ、もやし、にんじん、キャベツ	ハイハイ 麦茶	日							
14	土	チャンボンうどん じゃがいもの甘煮 人参スティック	きな粉おにぎり 麦茶	米、干しうどん、じゃがいも、三温糖、ごま油	ツナ水煮缶、きな粉	にんじん、キャベツ、もやし、ねぎ	ハイハイ 麦茶	月	全粥 味噌汁 かじきの照り焼き しらすときゅうりの和え物 かぼちゃ煮	トマトペンネ 麦茶	ペンネ、米、油、三温糖	かじき、ツナ水煮缶、しらす干し、米みそ	かぼちゃ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、きゅうり、にんじん	ハイハイ 麦茶	
15	日							火	全粥 味噌汁 豆腐ステーキ にんじんのおかか煮 トマト	チヂミ 麦茶	米、小麦粉、片栗粉、油、三温糖、ごま油	木綿豆腐、豚ひき肉、しらす干し、米みそ、かつお節(削り節)	トマト、にんじん	ハイハイ 麦茶	
16	月	全粥 味噌汁 かじきの照り焼き しらすときゅうりの和え物 かぼちゃ煮	トマトペンネ 麦茶	ペンネ、米、油、三温糖	かじき、ツナ水煮缶、しらす干し、米みそ	かぼちゃ、ホールトマト缶詰、たまねぎ、きゅうり、にんじん	ハイハイ 麦茶								

※献立は都合により変更になる場合があります。