

# 5月 離乳食献立表

令和5年4月28日 莊原保育園

3 回 食		3 回 食			
献 立	材 料	献 立	材 料		
5/1 (月)	軟飯又はお粥 煮魚 白和え 野菜スープ	米 白身魚 小松菜、人参、ひじき、豆腐 人参、もやし、玉ねぎ	5/17 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚 スティック煮 野菜スープ	米 鮭 人参、きゅうり、いんげん 玉ねぎ、もやし、キャベツ
5/2 (火)	軟飯又はお粥 豆腐ハンバーグ スティック煮 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 人参、きゅうり じゃが芋、スナップえんどう、キャベツ	5/18 (木)	煮込みうどん つくね焼き 茹で野菜	うどん、人参、キャベツ 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、スナップえんどう
5/3 (水)	<b>憲法記念日</b>		5/19 (金)	<b>手作り弁当の日</b> (手作り弁当の準備をお願いします。)	
5/4 (木)	<b>みどりの日</b>		5/22 (月)	軟飯又はお粥 ササミのトマト煮 和え物 豆腐のスープ	米 鶏ササミ、トマト キャベツ、いんげん 豆腐、玉ねぎ、人参
5/5 (金)	<b>こどもの日</b>		5/23 (火)	軟飯又はお粥 おから入りつくね焼き サラダ 野菜スープ	米 鶏ミンチ、おから、じゃが芋、玉ねぎ、片栗粉 じゃが芋、きゅうり、トマト キャベツ、玉ねぎ、人参
5/8 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 お浸し 豆腐のスープ	米 鮭 ほうれん草、人参 豆腐、キャベツ、玉ねぎ	5/24 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚 納豆和え 野菜スープ	米 白身魚 ほうれん草、人参、キャベツ、ひきわり納豆 人参、玉ねぎ、かぼちゃ
5/9 (火)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ササミ、じゃが芋 そら豆、人参、豆腐 キャベツ、きゅうり、玉ねぎ	5/25 (木)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 スティック煮 野菜スープ	米 鶏ササミ、いんげん 人参、きゅうり じゃが芋、キャベツ、玉ねぎ
5/10 (水)	軟飯又はお粥 マーボー豆腐風煮 サラダ 野菜スープ	米 豚ミンチ、豆腐、玉ねぎ、人参、片栗粉 かぼちゃ、きゅうり キャベツ、アスパラ、人参	5/26 (金)	軟飯又はお粥 魚の西京焼き 野菜煮 野菜スープ	米 白身魚 じゃが芋、人参、ひじき 玉ねぎ、キャベツ、きゅうり
5/11 (木)	トースト 魚のムニエル サラダ 野菜スープ	プレーン食パン8枚切り 1/2枚 白身魚、小麦粉 じゃが芋、アスパラ、人参 玉ねぎ、人参、ほうれん草	5/29 (月)	軟飯又はお粥 そばろ煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ミンチ、かぼちゃ、いんげん キャベツ、人参、豆腐 玉ねぎ、きゅうり、もやし
5/12 (金)	軟飯又はお粥 ササミと野菜煮 納豆和え 野菜スープ	米 鶏ササミ、じゃが芋 青梗菜、人参、ひきわり納豆 キャベツ、アスパラ、玉ねぎ、人参	5/30 (火)	軟飯又はお粥 つくね焼き 納豆和え 野菜スープ	米 鶏ミンチ、豆腐、玉ねぎ、片栗粉 小松菜、人参、ひじき、ひきわり納豆 キャベツ、じゃが芋、きゅうり
5/15 (月)	軟飯又はお粥 焼き魚 和え物 野菜スープ	米 白身魚 きゅうり、キャベツ かぼちゃ、玉ねぎ、人参	5/31 (水)	軟飯又はお粥 焼き魚 コロコロサラダ 野菜スープ	米 白身魚 きゅうり、じゃが芋、トマト 人参、玉ねぎ、キャベツ
5/16 (火)	軟飯又はお粥 そばろ煮 白和え 野菜スープ	米 鶏ミンチ、じゃが芋 キャベツ、いんげん、豆腐 玉ねぎ、人参、もやし			

- \* 献立は都合により変更することがあります。
- \* 保育園の離乳食には、おうちで食べられた食品のみを使用致します。
- \* 少量の醤油、味噌、みりん、三温糖を使用する場合があります。
- \* 裏面に離乳食だよりを載せています。ご覧ください。

