

5月 献立表 離乳食(後期)

2025年 5月

北浦こども園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 木	全粥(にんじん・さやえんどう) さけの煮つけ すまし汁(かぶ・わかめ)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	さけ、スキムミルク	にんじん、さやえんどう、ほうれんそう、たまねぎ、かぶ、カットわかめ、りんごジュース	うるち米、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごボーロ
2 金	食パン 鶏だんごとブロッコリーのくず煮 スープ(チンゲン菜・えのき・コーン)	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎かしわもち風蒸しパン	鶏ささみミンチ、スキムミルク	たまねぎ、ブロッコリー、キャベツ、にんじん、チンゲンサイ、コーン缶、オレンジジュース	食パン、かたくり粉、上白糖、ごま油、ホットケーキミックス	食塩、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、水、抹茶
7 水	鶏ささみと春野菜うどん じゃがいもときゅうりの和え物 バナナ(20g)	○カップゼリー ◎ミルク(離乳食) ◎全粥(鮭)	鶏ささみ、ツナ缶、スキムミルク、さけ	キャベツ、にんじん、たまねぎ、コーン缶、きゅうり、バナナ	干しうどん、かたくり粉、じゃがいも、うるち米	かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、オレンジゼリー、水、食塩
8 木	全粥 かれのいのくず煮 すまし汁(だいこん・わかめ)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎さつまいもの甘煮	かれのい、スキムミルク	にんじん、こまつな、だいこん、カットわかめ、りんごジュース	うるち米、上白糖、かたくり粉、さつまいも	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩
9 金	全粥 大豆とひき肉のトマト煮 みかんヨーグルト	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	大豆水煮缶、鶏ささみミンチ、プレーンヨーグルト、スキムミルク	たまねぎ、ホールトマト缶、キャベツ、にんじん、コーン缶、みかん缶、オレンジジュース	うるち米、かたくり粉	水、かつお・昆布だし、食塩、サブレ
12 月	全粥(わかめ) ささみのくず煮(後期) すまし汁(ほうれん草・たまねぎ・わかめ)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎オレンジゼリー	鶏ささみ、スキムミルク	わかめ、きゅうり、ほうれんそう、たまねぎ、カットわかめ、りんごジュース、オレンジジュース、粉寒天	うるち米、かたくり粉、上白糖、さつまいも	水、食塩、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ
13 火	トマトスープスパゲティ ブロッコリーのヨーグルトサラダ	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎はんぺんのふわふわ煮	豚ももミンチ、プレーンヨーグルト、スキムミルク、はんぺん	たまねぎ、にんじん、青ピーマン、ブロッコリー、コーン缶、オレンジジュース、あおりのり	スパゲティ、炒め油、上白糖	トマトケチャップ、ウスターソース、食塩、こしょう、水、こいくちしょうゆ
14 水	全粥 じゃがいもとツナの豆乳煮 スープ(かぶ・たまねぎ)	○カップゼリー ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	ツナ缶、豆乳、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、かぶ	うるち米、じゃがいも、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、オレンジゼリー、サブレ
15 木	全粥 ささみとピーマンのうま煮 すまし汁(豆腐・たまねぎ)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎スティックパン	鶏ささみ、木綿豆腐、スキムミルク	青ピーマン、黄パプリカ、なす、たまねぎ、りんごジュース	うるち米、かたくり粉、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいくちしょうゆ、食塩、菓子パン

16 金	全粥 ホキのつや煮 三色野菜のお浸し 味噌汁(大根)	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎全粥(にんじん)	ホキ、かつお節、スキムミルク	ブロッコリー、こまつな、りよくとうも やし、にんじん、だいこん、オレンジ ジュース	うるち米、上白糖、かたくり粉	水、こいくちしょうゆ、昆布だ し、食塩、かつお・昆布だし、 米みそ
19 月	全粥 ささみのくず煮(後期) 味噌汁(なめこ・豆腐・にんじん)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ、絹ごし豆腐、スキムミル ク	青ピーマン、なめこ、にんじん、りん ごジュース	うるち米、かたくり粉、上白糖、じゃ がいも	水、かつお・昆布だし、こいく ちしょうゆ、米みそ、サブレ
20 火	鶏野菜煮込みうどん さつまいものレモン煮	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ひき肉、スキムミルク	にんじん、ほうれんそう、長ねぎ、 レモン、オレンジジュース	かたくり粉、さつまいも、上白糖	干しうどん、かつお・昆布だ し、こいくちしょうゆ、水、たま ごボーロ
21 水	全粥 豚肉と野菜のトマト煮 みかんヨーグルト	○カップゼリー ◎ミルク(離乳食) ◎全粥(ほうれん草・豆 乳)	豚もも肉、プレーンヨーグルト、スキ ムミルク、豆乳	たまねぎ、グリーンピース、だいこん、 にんじん、みかん缶、ほうれんそう	うるち米、かたくり粉、上白糖	水、かつお・昆布だし、トマト ピューレー、食塩、オレンジ ゼリー
22 木		○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎つぶつぶアップルゼ リー	スキムミルク	りんごジュース、りんご、粉寒天		水
23 金	全粥 鮭のぎんあん 味噌汁(キャベツ・たまねぎ・にん じん)	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎さつまいものマッシュ	さけ、スキムミルク	ブロッコリー、キャベツ、たまねぎ、 にんじん、オレンジジュース	うるち米、上白糖、かたくり粉、さつ まいも	水、昆布だし、こいくちしょう ゆ、かつお・昆布だし、米み そ
26 月	全粥 ささみと野菜の煮物 スープ(キャベツ・えのき・わかめ)	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎全粥(しらす)	鶏ささみ、スキムミルク、しらす干し	にんじん、たまねぎ、青ピーマン、 キャベツ、えのきたけ、カットわか め、りんごジュース	うるち米、かたくり粉、上白糖、ごま 油	水、かつお・昆布だし、こいく ちしょうゆ、食塩
27 火	全粥 親子煮 味噌汁(豆腐・ほうれん草)	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ、木綿豆腐、スキムミルク	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、 オレンジジュース	うるち米、かたくり粉、上白糖	水、かつお・昆布だし、こいく ちしょうゆ、米みそ、サブレ
28 水	全粥 かれいの煮つけ すまし汁(じゃがいも・たまねぎ・に んじん)	○カップゼリー ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	かれい、スキムミルク	チンゲンサイ、たまねぎ、にんじん	うるち米、上白糖、じゃがいも	水、かつお・昆布だし、こいく ちしょうゆ、食塩、オレンジゼ リー、たまごボーロ
29 木	煮込みうどん グリーンサラダ	○りんごジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏もも肉、油揚げ、スキムミルク	キャベツ、りよくとうもやし、にんじ ん、長ねぎ、ほうれんそう、きゅう り、コーン缶、りんごジュース	上白糖、調合油	干しうどん、かつお・昆布だ し、こいくちしょうゆ、本みり ん、食塩、米酢、こしょう、 水、サブレ
30 金	食パン(8枚切り1枚) ささみのくず煮(後期) スープ(レタス・たまねぎ・ねぎ)	○オレンジジュース ◎ミルク(離乳食) ◎乳児菓子	鶏ささみ、スキムミルク	キャベツ、レタス、たまねぎ、葉ね ぎ、オレンジジュース	うるち米、かたくり粉、上白糖、ごま 油	水、かつお・昆布だし、こいく ちしょうゆ、食塩、たまごボー ロ