



# 5月 離乳食予定献立



令和5年4月28日 小柳保育園

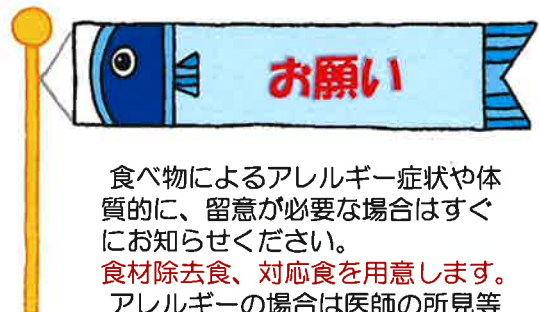
日	曜日	献立	主な食材
1	月	野菜あんかけうどん 果物	玉ねぎ 人参 万能ねぎ ほうれん草 わかめ 鶏ひき肉 うどん 果物
2	火	ごはん 鶏肉のねぎあんかけ きゃべつのスープ煮 かぼちゃ煮 味噌汁 果物	鶏肉 長ねぎ 万能ねぎ きゃべつ 人参 かぼちゃ なす 豆腐 果物
6	土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 幼児果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
8	月	塩タン麺風そうめん 果物	そうめん 人参 きゃべつ 長ねぎ もやし 卵 豚肉 うどん 果物
9	火	ごはん 五目卵焼き 大根煮 きゅうりの出汁和え 豚汁風味味噌汁 果物	人参 ひじき 椎茸 ほうれん草 鶏ひき肉 卵 大根 きゅうり 玉ねぎ 果物
10	水	ごはん 魚の塩焼き ブロッコリーのツナ和え 人参のきんぴら 味噌汁 果物	魚 ブロッコリー ツナ 人参 牛肉 大根 果物
11	木	パン かぼちゃマッシュ 肉みそきゃべつ 人参煮 かきたま汁 果物	パン かぼちゃ きゃべつ 豚ひき肉 人参 卵 えのき 果物
12	金	そぼろ丼 野菜ナムル トマト 具沢山味噌汁 果物	鶏ひき肉 卵 もやし 人参 ほうれん草 トマト 豆腐 大根 万能ねぎ 果物
13	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
15	月	野菜とコーンの煮込みうどん 果物	卵 豚肉 長ねぎ 人参 コーン ほうれん草 果物 うどん
16	火	ごはん パラ焼き風 野菜のお浸し さつまい煮 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ 白菜 人参 さつまい わかめ 板麩 果物
17	水	ごはん 焼鮭 コールスロー風野菜煮 粉ふき芋 味噌汁 果物	鮭 きゃべつ コーン 人参 じゃがいも 玉ねぎ 果物
18	木	パン 照り焼きチキン 炒り卵 グリーンサラダ 野菜スープ 果物	パン 鶏肉 卵 ブロッコリー きゅうり レタス 人参 玉ねぎ じゃがいも コーン 果物
19	金	麻婆丼風 春雨サラダ トマト 中華スープ 果物	豆腐 豚ひき肉 長ねぎ 春雨 人参 卵 青梗菜 トマト 果物
20	土	ごはん 肉じゃが サラダ 幼児果汁	牛肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果物
22	月	ふわふわ卵煮込みうどん 果物	うどん ほうれん草 人参 長ねぎ 鶏肉 卵 果物
23	火	ごはん 煮込みハンバーグ ひじきのサラダ もやし炒め 味噌汁 果物	ハンバーグ 玉ねぎ ひじき 人参 ごぼう もやし ピーマン 卵 果物
24	水	ごはん チャブチエ わかめときゅうりの酢の物 豆腐煮 味噌汁 果物	春雨 人参 豚肉 ピーマン 椎茸 わかめ きゅうり 豆腐 麩 果物
25	木	<お誕生会>パン スパニッシュオムレツ スパ炒め ブロッコリー 野菜スープ 果物	パン 卵 ほうれん草 じゃがいも สปาゲティー 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー きゃべつ 果物
26	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 マカロニ きゅうり 納豆 果物
27	土	 お弁当の日 	
29	月	野菜にゅう麺 果物	卵 豚肉 人参 わかめ 長ねぎ ほうれん草 そうめん 果物
30	火	ごはん すき焼き ほうれん草のお浸し 味噌汁 果物	牛肉 焼き豆腐 白菜 長ねぎ しめじ ほうれん草 キャベツ 果物
31	水	ごはん 魚の煮付け 小松菜の和え物 マッシュポテト トマト 味噌汁 果物	魚 小松菜 もやし 人参 トマト さつまい わかめ 玉ねぎ 果物

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出ししています。  
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

## 食感を楽しむ工夫で噛む力をUP!!

上手に食べるためには食べ物を噛みつぶす力だけでなく、食べ物に合わせて噛み方を調整する力も必要です。離乳食が完了する1歳以降は、さまざまな食材を与えることができます。

「モチモチ」「カリカリ」「パリパリ」など、いろんな食感を体験できるよう調理法を工夫して食事中は、楽しみながら噛む力をつけましょう。



食べ物によるアレルギー症状や体質的に、留意が必要な場合はすぐにお知らせください。  
**食材除去食、対応食を用意します。**  
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。

