



5月 離乳食予定献立表



令和6年4月30日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	水	ごはん 煮魚 野菜炒め トマト 卵の味噌汁 果物	魚 きゃべつ 人参 椎茸 玉ねぎ 豚肉 トマト 卵 果物
2	木	パン スポンジオムレツ きのこと野菜のスパ煮 ほうれん草と麩のスープ 果物	パン 卵 じゃがいも ほうれん草 しめじ スパゲティー 玉ねぎ 人参 麩 果物
7	火	ごはん 鶏のひじき煮 ブロッコリーのツナ和え 玉ねぎの味噌汁 果物	鶏肉 人参 ひじき ブロッコリー ツナ 玉ねぎ 果物
8	水	ごはん 焼鮭 野菜のお浸し さつま芋煮 なすの味噌汁 果物	鮭 白菜 人参 さつま芋 なす 果物
9	木	ごはん ホイコーロー かぼちゃ煮 トマト かきたま汁 果物	きゃべつ ピーマン 豚肉 かぼちゃ トマト かきたま汁 果物
10	金	麻婆豆腐風 春雨サラダ 大根の味噌汁 果物	豚ひき肉 豆腐 春雨 人参 卵 きゅうり 大根 果物
11	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
13	月	野菜のあんかけうどん 果物	うどん 人参 玉ねぎ ほうれん草 わかめ 長ねぎ 果物
14	火	ごはん 五目卵焼き 大根と人参の煮物 きゅうりの和え物 豆腐の味噌汁 果物	卵 ひじき 鶏ひき肉 人参 きゅうり 大根 豆腐 果物
15	水	ごはん 煮魚 きゃべつのスープ煮 かぼちゃ煮 きこの味噌汁 果物	魚 きゃべつ 人参 コーン かぼちゃ しめじ えのき 果物
16	木	〈お誕生会〉ピビンバ丼 ツナポテト トマト わかめスープ 果物	豚ひき 人参 もやし ほうれん草 卵 ツナ じゃがいも トマト わかめ 果物
17	金	ひじきごはん わかめときゅうりの和え物 つくね 千切りスープ 果物	ひじき 人参 わかめ きゅうり つくね 豚肉 白菜 長ねぎ 果物
18	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏もも肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
20	月	野菜たっぷりうどん 果物	うどん 人参 ほうれん草 長ねぎ とりひき わかめ 卵 果物
21	火	ごはん パラ焼き風 ひき肉とじゃがいも煮 白菜としめじの味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ 豚ひき きゃべつ じゃがいも 白菜 しめじ 果物
22	水	ごはん 魚の味噌煮 小松菜の和え物 大根煮 玉ねぎと人参の味噌汁 果物	魚 小松菜 人参 もやし 大根 玉ねぎ 果物
23	木	パン 鶏肉のクリームスープ 肉団子とブロッコリーのコーン煮 果物	パン 鶏肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ 肉団子 ブロッコリー コーン 果物
24	金	焼き鳥丼 もやしの和え物 トマト 豆腐の味噌汁 果物	
25	土	📺 お弁当の日 📺	
27	月	味噌煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 長ねぎ もやし わかめ 果物
28	火	ごはん 肉じゃが ほうれん草のお浸し もやしとわかめの味噌汁 果物	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも ほうれん草 もやし わかめ 牛乳
29	水	ごはん 鮭のタルタル風 人参煮 じゃこピーマン きゃべつの味噌汁 果物	鮭 玉ねぎ 卵 人参 ピーマン じゃこ きゃべつ 果物
30	木	パン ハンバーグ 大根サラダ トマト コーンスープ 果物	パン 合いびき肉 卵 玉ねぎ 大根 人参 きゅうり トマト コーン 果物
31	金	納豆ご飯 豚汁 スパサラダ 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 スパゲティー きゅうり 納豆 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つま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、いろいろ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。

給食室からのお願い

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。

