



令和5年5月 離乳食献立表



日付	曜日	午前おやつ	昼食			午後おやつ		
			初期食	中期食	後期食	初期食	中期食	後期食
1	月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ きゃべつとじゃこのくたくた煮	野菜あんかけがゆ きゃべつとじゃこのくたくた煮	ケチャップあんかけがゆ きゃべつとじゃこの和風サラダ	育児ミルク又は 麦茶 おふがゆ	育児ミルク又は 麦茶 おふがゆ	育児ミルク又は 麦茶 蒸しパン
2	火	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃがいものきゅうりあんかけ	野菜とささみのにゆうめん じゃがいものきゅうりあんかけ	ちゃんぽんうどん じゃがいものマヨあえ	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 こいのぼりクッキー
6	20 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ だしスープ	野菜あんかけがゆ 豆腐いりだしスープ	牛丼(おかゆ) みそ汁	育児ミルク又は麦茶 お菓子	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
	22 月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ お鮎と人参煮 だしスープ	おかゆ 豆腐と野菜煮 だしスープ	おかゆ マーボー豆腐 カラフルピーマンの和え物 すまし汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 リッツサンド
9	23 火	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	パン粥 じゃがいものトマトあんかけ 野菜スープ	パン粥 じゃがいものツナトマトあんかけ 野菜スープ	食パンジャムサンド 焼きそばサラダ トマトとほうれん草の スープ	育児ミルク又は 麦茶 そらまめのおかゆ	育児ミルク又は 麦茶 そらまめのおかゆ	育児ミルク又は 麦茶 そらまめのおかゆ
10	24 水	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 白身魚のほうれん草あんかけ だしスープ	おかゆ 白身魚のほうれん草あんかけ だしスープ	おかゆ かじきの生姜焼き 三色ナムル もずくのみそ汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ	育児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ
11	25 木	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	トマトにゆうめん きゃべつのかたくた煮	トマトにゆうめん きゃべつのかたくた煮	ミートソース スパゲッティ 海藻サラダ	育児ミルク又は 麦茶 じゃこ入りパン粥	育児ミルク又は 麦茶 じゃこ入りパン粥	育児ミルク又は 麦茶 じゃこ海苔トースト
12	26 金	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 新じゃがの野菜あんかけ だしスープ	おかゆ 新じゃがの野菜あんかけ ささみ入りだしスープ	おかゆ 鶏と新じゃがの甘辛煮 いんげんのごまマヨ和え みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 にゆうめん	育児ミルク又は 麦茶 にゆうめん	育児ミルク又は 麦茶 葱みそにゆうめん
13	27 土	育児ミルク又は麦茶 お菓子	野菜にゆうめん 玉ねぎとお鮎のスープ	野菜にゆうめん 玉ねぎとお鮎のスープ	やきうどん にらともやしのスープ	育児ミルク又は麦茶 お菓子	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ	育児ミルク又は麦茶 お菓子 フルーツ
15	29 月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 野菜のかたくた煮 だしスープ	おかゆ ツナと野菜のかたくた煮 だしスープ	おかゆ ホイコーロー ひじきサラダ みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 トマトにゆうめん	育児ミルク又は 麦茶 トマトにゆうめん	育児ミルク又は 麦茶 トマトペンネ
16	30 火	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ 根菜のだし煮 キャベツスープ	おかゆ ささみ入り根菜のだし煮 きゃべつスープ	おかゆ 豚肉のしゃぶしゃぶ風 野菜の煮物 みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ	育児ミルク又は 麦茶 おかし フルーツ
17	31 水	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	グリーンピースがゆ 白身魚のトマトあんかけ だしスープ	グリーンピースがゆ 白身魚のトマトあんかけ だしスープ	グリーンピースがゆ 白身魚のフライ サラダ菜 えのきとわかめの酢の物 みそ汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 フルーツゼリー
18	木	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜にゆうめん じゃがいものきゅうりあんかけ	野菜とささみのにゆうめん じゃがいものきゅうりあんかけ	ちゃんぽんうどん じゃがいものマヨあえ	育児ミルク又は 麦茶 野菜いりおかゆ	育児ミルク又は 麦茶 野菜入りおかゆ	育児ミルク又は 麦茶 そばめしおかゆ
19	金	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	野菜あんかけがゆ きゃべつとじゃこのくたくた煮	野菜あんかけがゆ きゃべつとじゃこのくたくた煮	ケチャップあんかけがゆ きゃべつとじゃこの和風サラダ	育児ミルク又は 麦茶 おふがゆ	育児ミルク又は 麦茶 おふがゆ	育児ミルク又は 麦茶 蒸しパン
誕生会	8 月	育児ミルク又は 麦茶 お菓子	おかゆ トマトと玉ねぎのあんかけ だしスープ	おかゆ トマトと豆腐のあんかけ だしスープ	ごま入りおかゆ 和風ハンバーグ サラダ菜 トマト スナッフエンドウ 根菜のみそ汁	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 おかし	育児ミルク又は 麦茶 どらやき

※刻み食は普通食からの取り分けですが、おかずはほぼ後期食と同じです。主食はごはんになります。