

# 5月の献立表 離乳食

平成30年5月

四天王寺夕陽丘保育園 TEL 6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	カや熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
1	火	ソフトな塩せんべい	ソフトな塩せんべい	豆腐の白菜煮	だし昆布・豆腐		白菜・赤ピーマン・絹さや	青のり粥	米 青のり
				ぼろれん草煮	だし昆布		ぼろれん草		
				ずまし汁	だし昆布		もやし・コーン		
				おかゆ		米			
2	水	紫いもせんべい	紫いもせんべい	鮭のコーン煮	鮭・だし昆布		胡瓜・コーン・人参	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				じゃが煮	だし昆布	じゃがいも	絹さや		
				そうめんの味噌汁	だし昆布・味噌	そうめん	青ねぎ		
				おかゆ		米			
7	月	オレンジ	オレンジ	豆腐の野菜煮	だし昆布・豆腐		たまねぎ・人参	コーン蒸しパン	ホットケーキ ミックス コーン
				ちんげん菜煮	だし昆布		ちんげん菜・赤ピーマン		
				ずまし汁	だし昆布		ブロッコリー・カリフラワー		
				おかゆ		米			
8	火	ベビースティック	ベビースティック	さわらの小松菜煮	さわら・だし昆布		小松菜	ひじき粥	米 ひじき
				春雨煮	だし昆布	春雨	人参		
				味噌汁	だし昆布・味噌		大根・青ねぎ		
				おかゆ		米			
9	水	ふかしいも	さつまいも	豆腐のトマト煮	だし昆布・豆腐		トマト・たまねぎ	かぼちゃ入り 蒸しパン	ホットケーキ ミックス かぼちゃ
				きゅうり煮	だし昆布		人参・きゅうり		
				味噌汁	だし昆布・味噌		えのき・青ねぎ		
				おかゆ		米			
10	木	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	ほきのくたくた煮	だし昆布・ほき		人参・たまねぎ・白菜	グリーンピース粥	米 グリーンピース
				さつまいも煮	だし昆布	さつまいも			
				味噌汁	だし昆布・味噌		ほうれん草		
				おかゆ		米			
11	金	りんご	りんご	豆腐のキャベツ煮	豆腐・だし昆布		キャベツ	人参蒸しパン	ホットケーキ ミックス 人参
				かぼちゃ煮	だし昆布		かぼちゃ・グリーンピース		
				ずまし汁	だし昆布		えのき・青ねぎ		
				おかゆ		米			
<b>12 土 親子遠足</b>									
14	月	赤ちゃんせんべい	赤ちゃんせんべい	かわいいのブロッコリー煮	だし昆布・かわいい		ブロッコリー	りんごの コンポート	りんご 砂糖
				野菜煮	だし昆布		たまねぎ・人参・グリーンピース		
				味噌汁	だし昆布・味噌		えのき・しめじ		
				おかゆ		米			
15	火	粉ぶき芋	じゃがいも	豆腐のくたくた煮	だし昆布・豆腐		たまねぎ・人参	マカロニ煮	マカロニ 砂糖
				もやし煮	だし昆布		もやし・きゅうり		
				ずまし汁	だし昆布		ちんげん菜		
				おかゆ		米			
16	水	紫いもせんべい	紫いもせんべい	ほきのほうれん草煮	だし昆布・ほき		人参・ほうれん草	蒸しパン	ホットケーキ ミックス
				さつまいも煮	だし昆布	さつまいも			
				味噌汁	だし昆布・味噌		白菜		
				おかゆ		米			
17	木	こめほんせん	こめほんせん	豆腐煮	だし昆布・豆腐		玉ねぎ・人参	人参粥	米 人参
				じゃがいものきのこ煮	だし昆布	じゃがいも	しめじ		
				ずまし汁	わかめ・だし昆布		大根		
				おかゆ		米			

# 5月の献立表 離乳食

平成30年5月

四天王寺夕陽丘保育園 IEL6772-4497

日	曜	10時のおやつ	材料	献立名	血や肉になる	力や熱になる	体の調子を整える	3時のおやつ	材料
18	金	南瓜煮	かぼちゃ	だらの野菜煮	だし昆布・たら		キャベツ・たまねぎ・赤ピーマン	蒸しパン	ホットケーキミックス
							ピーマン		
				だいこん煮	だし昆布		人参・大根		
				味噌汁	だし昆布・味噌		オクラ		
19	土	紫いもぜんべい	紫いもぜんべい	鮭ぞうすい	だし昆布・鮭	米	たまねぎ・人参	粉ふき芋	じゃがいも
				きゅうり煮	だし昆布		きゅうり・わかめ		
				味噌汁	だし昆布・味噌		玉ねぎ・ねぎ		
21	月	赤ちゃんぜんべい	赤ちゃんぜんべい	豆腐の人参煮	だし昆布・豆腐		大根・人参	コーン粥	米コーン
				さつまいも煮		さつまいも	絹さや		
				味噌汁	だし昆布・味噌		キャベツ		
22	火	お誕生日会		ほきブロッコリー煮	だし昆布・ほき		ブロッコリー・玉ねぎ	蒸しパン	ホットケーキミックス
		ベビースティック	ベビースティック						
		じゃがいも煮	だし昆布	じゃがいも	きゅうり・人参・コーン				
		おかゆ		米					
23	水	オレンジ	オレンジ	豆腐のピーマン煮	だし昆布・豆腐		玉ねぎ・ピーマン・人参	マッシュポテト	じゃがいも
				ちやし煮	だし昆布		きゅうり・ちやし		
				ずまし汁	だし昆布		こら・たまねぎ		
24	木	ソフトな塩せんべい	ソフトな塩せんべい	さわらのくたくた煮	だし昆布・さわら		たまねぎ 人参・グリーンピース	ほうれん草 蒸しパン	ホットケーキミックス ほうれん草
				マカロニ煮	だし昆布	マカロニ	きゅうり・赤パプリカ・黄パプリカ		
				おかゆ		米			
25	金	ふかしいち	さつまいも	豆腐の白菜煮	だし昆布・豆腐		白菜・人参	グリーンピース粥	米グリーンピース
				チンゲン菜煮	だし昆布		チンゲン菜		
				味噌汁	だし昆布・味噌・わかめ		えのき		
26	土	赤ちゃんぜんべい	赤ちゃんぜんべい	煮込みうどん	だし昆布	うどん	ピーマン・たまねぎ・人参 キャベツ	ひじき粥	米ひじき
				ブロッコリー煮	だし昆布		ブロッコリー・人参		
				だらのつぶし煮	だし昆布・たら				
28	月	紫いもぜんべい	紫いもぜんべい	かれないのインゲン煮	だし昆布・かれない		いんげん	蒸しパン	ホットケーキミックス
				ビーフン煮	だし昆布	ビーフン	ピーマン・玉ねぎ・赤ピーマン		
				味噌汁	だし昆布・味噌		白菜・青ねぎ		
29	火	粉ふき芋	じゃがいも	豆腐のちやし煮	だし昆布・豆腐		ちやし・人参	わかめ粥	米わかめ
				キャベツ煮	だし昆布		キャベツ		
				ずまし汁	だし昆布		大根・ちんげん菜		
30	水	こめほんせん	こめほんせん	鮭の野菜煮	だし昆布・鮭		大根・人参・絹さや	人参蒸しパン	ホットケーキミックス 人参
				小松菜煮	だし昆布		小松菜・コーン		
				味噌汁	だし昆布・味噌		ほうれん草		
31	木	りんご	りんご	豆腐のトマト煮	だし昆布・豆腐		プチトマト・たまねぎ	青のり粥	米青のり
				マカロニ煮	だし昆布	マカロニ	きゅうり・コーン		
				ずまし汁	だし昆布		青ねぎ・たまねぎ		
				米					