



# 5月離乳食献立表



認定こども園中央幼稚園

		後期		
日	曜	朝	お昼	午後
1	月	人参のだし煮	軟飯 スープ 鶏ささみとキャベツの煮物 スティックじゃが芋	きな粉軟飯 お麩と人参の煮物 
2	火	じゃが芋のだし煮	軟飯 スープ かれいと人参のケチャップ煮 スティック大根	軟飯 豚肉団子と玉ねぎの煮物
6	土	大根のだし煮	軟飯 味噌汁 お麩と白菜の煮物 スティック人参	赤ちゃんせんべい
8	月	さつまいものだし煮	軟飯 味噌汁 鶏そぼろと小松菜のミルク煮 スティックさつまいも	軟飯 たらとキャベツの煮物
9	火	人参のだし煮	軟飯 味噌汁 高野豆腐とブロッコリーの煮物 スティックじゃが芋	軟飯 鶏ささみと白菜の煮物
10	水	じゃが芋のだし煮	軟飯 味噌汁 かれいと人参の煮物 スティック大根	軟飯 お麩とほうれん草の煮物
11	木	大根のだし煮	軟飯 スープ 鶏そぼろとキャベツのケチャップ煮 スティックじゃが芋	軟飯 しらすと人参の味噌煮
12	金	さつまいものだし煮	軟飯 味噌汁 豆腐と人参の煮物 白菜の煮物	軟飯 チーズ入りさつまいも団子
13	土	人参のだし煮	軟飯 スープ 鶏ささみと玉ねぎの味噌煮 ほうれん草の煮物	ウエハース
15	月	じゃが芋のだし煮	軟飯 味噌汁 かれいと人参の煮物 スティック大根	軟飯 たらと白菜の煮物
16	火	大根のだし煮	軟飯 スープ 鶏そぼろとキャベツの煮物 スティック大根	玉ねぎ軟飯 ヨーグルト
17	水	さつまいものだし煮	軟飯 味噌汁 かれいと小松菜の煮物 スティックじゃが芋	軟飯 チーズ入りさつまいも団子
18	木	人参のだし煮	軟飯 スープ 豆腐と玉ねぎのケチャップ煮 スティック人参	軟飯 豚そぼろとキャベツの煮物
19	金	じゃが芋のだし煮	軟飯 味噌汁 鶏ささみと白菜の煮物 ほうれん草の煮物	スティックパン スープ たらと人参の煮物
20	土	大根のだし煮	軟飯 味噌汁 しらすと人参の煮物 スティック大根	赤ちゃんせんべい
22	月	さつまいものだし煮	軟飯 スープ 豆腐とほうれん草の味噌煮 スティック大根	軟飯 豚肉団子と小松菜の煮物
23	火	人参のだし煮	軟飯 スープ お麩とキャベツのケチャップ煮 スティック人参	青のり軟飯 たらと白菜の煮物
24	水	じゃが芋のだし煮	軟飯 味噌汁 鶏そぼろと玉ねぎの煮物 ブロッコリーの煮物	軟飯 お麩と人参の煮物
25	木	大根のだし煮	丸パン スープ かれいと白菜の煮物 スティック人参	軟飯 鶏ささみとキャベツのミルク煮
26	金	さつまいものだし煮	軟飯 味噌汁 高野豆腐と人参の煮物 スティックじゃが芋	軟飯 しらすと小松菜の煮物
27	土	人参のだし煮	鶏ささみと野菜入り煮込みうどん スティック人参	赤ちゃんせんべい
29	月	じゃが芋のだし煮	軟飯 スープ お麩と人参のケチャップ煮 スティックじゃが芋	軟飯 高野豆腐とほうれん草のケチャップ煮
30	火	大根のだし煮	軟飯 スープ お麩とキャベツの味噌煮 スティックさつまいも	軟飯 しらすと玉ねぎの煮物
31	水	さつまいものだし煮	軟飯 スープ お麩と小松菜のミルク煮 キャベツの煮物	軟飯 鶏肉団子とブロッコリーの煮物

### 後期のポイント

離乳食の回数は1日3回に進めていきます。  
赤ちゃんも、母乳やミルクよりも離乳食から  
栄養をとるように体もかわってきます。  
食べ物に興味を示すようになってきますので、  
手づかみできるような野菜等を用意してみましょう。



発行：株式会社ミールケア