

令和3年5月献立表

令和3年5月離乳午前献立表 No.2

日付		曜		初期食	
1	15/29	土		①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ 南瓜 人参
	17/31	月		①つぶし粥 ②野菜スープ 白菜	野菜マッシュ キャベツ 玉ねぎ
	18	火		①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ じゃが芋 キャベツ
6	20	木		①つぶし粥 ②野菜スープ 南瓜	野菜マッシュ キャベツ 胡瓜
7	21	金		①つぶし粥 ②野菜スープ 大根	野菜マッシュ ブロッコリー 人参
8	22	土		①つぶし粥 ②野菜スープ 人参	野菜マッシュ じゃが芋 大根
10	24	月		①つぶし粥 ②野菜スープ みつば	野菜マッシュ 胡瓜 キャベツ
11	25	火		①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ じゃが芋 胡瓜
12	26	水		①つぶし粥 ②野菜スープ みつば	野菜マッシュ 人参 玉ねぎ
13	27	木		①つぶし粥 ②野菜スープ キャベツ	野菜マッシュ じゃが芋 人参
14	28	金		①つぶし粥 ②野菜スープ 玉ねぎ	野菜マッシュ チンゲン菜 ピーマン
19	☆	水		①つぶし粥 ②野菜スープ かぶ	野菜マッシュ 南瓜 ブロッコリー

☆材料の都合により献立を変更することがあります

城山保育園南山

日付	曜	午前食			
		中期 前半食	中期 後半食	後期食	
1	15/29	土	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ③豆腐あん ④かぼちゃ煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ③豆腐あん ④かぼちゃ煮	①にゅうめん(玉ねぎ・人参) ③豆腐あん ④かぼちゃ煮
	17/31	月	①5分がゆ ②白菜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと玉ねぎ煮	①全がゆ ②白菜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと玉ねぎ煮	①軟飯 ②白菜のみぞ汁 ③白身魚のごま焼き ④キャベツ玉ねぎ炒め
	18	火	①煮込みうどん(しらす・人参) ④キャベツとコーン煮 ④-2じゃが芋煮	①煮込みうどん(しらす・人参) ④キャベツとコーン煮 ④-2じゃが芋煮	①煮込みうどん(しらす・人参) ④キャベツとコーン煮 ④-2じゃが芋煮
6	20	木	①5分がゆ ②南瓜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと胡瓜煮	①全がゆ ②南瓜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと胡瓜煮	①軟飯 ②南瓜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④キャベツと胡瓜煮
7	21	金	①5分がゆ ②大根スープ ③人参のそぼろあん ④プロッコリー煮	①全がゆ ②大根スープ ③人参のそぼろあん ④プロッコリー煮	①軟飯 ②大根スープ ③人参のそぼろあん ④プロッコリー煮
8	22	土	①煮込みうどん(大根・人参) ③豆腐煮 ④じゃが芋煮	①煮込みうどん(大根・人参) ③豆腐煮 ④じゃが芋煮	①煮込みうどん(大根・人参) ③豆腐煮 ④じゃが芋煮
	10/24	月	①5分がゆ ②みつばのみぞ汁 ③ささみあん ④カリフラワーとキャベツ煮	①全がゆ ②みつばのみぞ汁 ③ささみあん ④カリフラワーとキャベツ煮	①軟飯 ②みつばのみぞ汁 ③ささみあん ④カリフラワーとキャベツ煮
	11/25	火	①5分がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③じゃが芋のそぼろあん ④胡瓜煮	①全がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③じゃが芋のそぼろあん ④胡瓜煮	①軟飯 ②玉ねぎのみぞ汁 ③じゃが芋のそぼろあん ④胡瓜スティック
	12/26	水	①5分がゆ ②みつばのスープ ③キャベツとしらす煮 ④人参と玉ねぎ煮	①全がゆ ②みつばのスープ ③キャベツとしらす煮 ④人参と玉ねぎ煮	①軟飯 ②みつばのスープ ③キャベツとしらす煮 ④人参と玉ねぎ煮
	13/27	木	①5分がゆ ②キャベツスープ ①大豆と人参煮 ④じゃが芋煮	①全がゆ ②キャベツスープ ①大豆と人参煮 ④じゃが芋煮	①軟飯 ②キャベツスープ ①大豆と人参煮 ④じゃが芋煮
	14/28	金	①5分がゆ ②玉ねぎスープ ③ピーマンのひき肉あん④チンゲン菜煮	①全がゆ ②玉ねぎスープ ③ピーマンのひき肉あん④チンゲン菜煮	①軟飯 ②玉ねぎスープ ③ピーマンのひき肉あん④チンゲン菜煮
19	☆	水	①5分がゆ ②かぶのスープ ③ブロッコリーとしらす煮 ④かぼちゃ煮	①全がゆ ②かぶのスープ ③ブロッコリーとしらす煮 ④かぼちゃ煮	①軟飯 ②かぶのスープ ③ブロッコリーとしらす煮 ④かぼちゃ煮

令和3年5月離乳午後食献立表 No. 3

日付	曜	午後食		
		中期 前半食	中期 後半食	後期食
1 10/20	土	①5分がゆ ②お麸のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜とピーマン煮	①全がゆ ②お麸のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜とピーマン煮	①軟飯 ②お麸のみそ汁 ③白身魚ごま焼き ④白菜とピーマン炒め
2 17/31	月	①5分がゆ ②南瓜のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャベツともやし煮	①全がゆ ②南瓜のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャベツともやし煮	①軟飯 ②南瓜のみそ汁 ③豆腐煮 ④キャベツともやし煮
3 18	火	①5分がゆ ②麸のスープ ③人参のそぼろあん ④キャベツ煮	①全がゆ ②麸のスープ ③人参のそぼろあん ④キャベツ煮	①軟飯 ②麸のスープ ③人参のそぼろあん ④キャベツ煮
4 19	水	①5分がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④もやしと人参煮	①全がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④もやしと人参煮	①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚照り焼き ④もやしと人参煮
5 20	木	①にゅうめん(チングン菜) ③ささみあん ④人参といんげん煮	①にゅうめん(チングン菜) ③ささみあん ④人参といんげん煮	①にゅうめん(チングン菜) ③ささみあん ④人参といんげん煮
6 21	金	①5分がゆ ②キャベツスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④アスパラとコーン煮	①全がゆ ②キャベツスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④アスパラとコーン煮	①軟飯 ②キャベツスープ ③玉ねぎとしらす煮 ④アスパラとコーン煮
7 22	土	①5分がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮
8 24	月	①5分がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐のあんかけ ④小松菜と人参煮	①全がゆ ②じゃが芋スープ ③豆腐のあんかけ ④小松菜と人参煮	①軟飯 ②じゃが芋スープ ③豆腐のあんかけ ④小松菜と人参炒め
9 25	火	①にゅうめん(白菜) ③人参のひき肉あん ④南瓜煮	①にゅうめん(白菜) ③人参のひき肉あん ④南瓜煮	①にゅうめん(白菜) ③人参のひき肉あん ④南瓜煮
10 26	水	①5分がゆ ②大根のみそ汁 ③ささみあん ④胡瓜と人参煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③ささみあん ④胡瓜と人参煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③ささみあん ④胡瓜と人参煮
11 27	木	①煮込みうどん(ひき肉・白菜) ④玉ねぎと人参煮 ④-2じゃが芋煮	①煮込みうどん(ひき肉・白菜) ④玉ねぎと人参煮 ④-2じゃが芋煮	①煮込みうどん(ひき肉・白菜) ④玉ねぎと人参炒め ④-2じゃが芋煮
12 28	金	①5分がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④小松菜と人参煮	①全がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④小松菜と人参煮	①軟飯 ②さつま芋のみそ汁 ③ささみあん ④小松菜と人参煮

日付	曜	午前おやつ	献立名	おやつ	主な材料		
					鼎や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
1 15/29	土	①クラッカー	①ミートソーススパゲティ ②清汁(豆腐・ねぎ) ③かぼちゃサラダ ④りんごジュース ⑤フルーツ	①混ぜ込みいなり ②お麸のみそ汁 ③りんごジュース ④フルーツ	スパゲティ 米	豚肉 豆腐 油揚げ	人参・玉葱 ビーマン 南瓜・きゅうり ねぎ
2 17/31	月	①クラッcker	①ご飯 ②清汁(白菜・わかめ) ③カレイのごま焼き ④キャベツソテー ⑤フルーツ	①マフィン ②南瓜のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ	米 マフィン ごま 油	カレイ 牛乳	キャベツ・人参 玉ねぎ・白菜 わかめ
3 18	火	①ピスケット	①塩ラーメン ③じゃが芋のコーンマヨ焼き ⑤フルーツ	①ツナピラフ ②お麸のスープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	中華めん・米 エッグケア じゃが芋	豚肉・バーコン ツナ 牛乳	キャベツ・人参 もやし・にら 長ネギ・コーン ピーマン・玉葱
4 20	木	①マンナ	①米飯 ②みそ汁(南瓜・玉ねぎ) ③鰯のみぞ焼き ④キャベツのごま和え ⑤フルーツ	①しそじゃこおにぎり ②チングン菜スープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米 エッグケア ごま 油・ごま油	鮭・竹輪 ちりめんじゃこ みそ 牛乳	南瓜・玉葱 きゅうり・人参 キャベツ・長ねぎ ゆかり
5 21	金	⑥牛乳	①ピピンバズ ②中華スープ ④花野菜サラダ ⑤フルーツ	①ピザトースト ②キャベツスープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米 食パン 油・ごま油	豚肉 ツナ みそ	人参・チングン菜 大根・にら・コーン ブロッコリー・もやし カリフラワー・ピーマン
6 22	土	①クラッcker	①けんちんうどん ④じゃが芋のカレーソテー ⑤フルーツ	①鮭おにぎり ②玉ねぎのみそ汁 ③りんごジュース ④フルーツ	うどん 米・じゃが芋 カレー粉 ごま	鮭 豆腐	人参 大根・あさつき 玉ねぎ・しいたけ
7 24	月	①クラッcker	①ご飯 ②みそ汁(なめこ・みつば) ③鮭フライ ④カリフラワーソテー ⑤フルーツ	①レーズン蒸しパン ②じゃが芋スープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米 蒸しパンミックス 牛乳	鮭 牛乳	カリフラワー・ピーマン キャベツ・人参 なめこ・みつば レーズン
8 25	火	⑥牛乳	①ご飯 ②みそ汁(わかめ・玉葱) ③豚肉の生姜焼き ④ポテトサラダ ⑤フルーツ	①フルーチェ ②白菜スープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米・小麦粉 じゃが芋 エッグケア	豚肉 牛乳	わかめ・玉葱 もやし・人参 しょうが・きゅうり もち俵
9 26	水	⑥牛乳	①ごましおご飯 ②みそ汁(わかめ・みつば) ③肉じゃが ④キャベツのゆかり和え ⑤フルーツ	①和風スパゲティ ②大根のみそ汁 ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米・しらたき スパゲティ 油・ごま油 じゃが芋	豚肉 牛乳	わかめ・みつば 玉ねぎ・人参・ゆかり グリーンピース キャベツ・胡瓜
10 27	木	⑥牛乳	①クロワッサン ②スープ(キャベツ・えのき) ③ポークピーンズ ④ブロッコリー ⑤フルーツ	①ひじきチャーハン ②白菜スープ ⑥牛乳 ⑦フルーツ	クロワッサン・米 じゃが芋 油・ごま油	大豆・豚肉 牛乳	キャベツ・人参 グリーンピース・玉葱 ブロッコリー・えのき ひじき・ピーマン
11 28	金	⑥牛乳	①ドライカレー ②みそ汁(わかめ・玉葱) ④チングン菜の和え物 ⑤フルーツ	①ココアクッキー ②さつま芋のみそ汁 ⑥牛乳 ⑦フルーツ	米・バター カレールウ 油・ごま油 ごま	豚肉 牛乳 みそ	玉葱・人参・キャベツ ピーマン・レーズン チングン菜・わかめ
12 19	水	⑥牛乳	①グリンピースご飯 ②スープ(かぶ・ベーコン) ③和風ハンバーグ ④野菜付け合せ ⑤フルーツ	①ケーキ ②パン粉 ⑥牛乳	ご飯・パン粉 ベーコン・豚肉 豆乳・牛乳	かぶ・人参・玉ねぎ 大根・しそ・南瓜 ブロッコリー・グリーンピース	

★お楽しみメニュー★

19	水	⑥牛乳	①グリンピースご飯 ②スープ(かぶ・ベーコン) ③和風ハンバーグ ④野菜付け合せ ⑤フルーツ	①ケーキ ②パン粉 ⑥牛乳	ご飯・パン粉 ベーコン・豚肉 豆乳・牛乳
----	---	-----	------------------------------------------------------------	---------------------	----------------------------

材料の都合により、献立を変更する場合がございます。ご了承ください。