



5月の離乳食献立表（初期～中期）



2020年5月1日

池田市立保育所・認定こども園

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1 金	すりつぶしがゆ豆腐のすりつぶし野菜のミルク煮	米。豆腐 人参 だし汁。人参 はくさい 大根 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	米。豚肉 キャベツ 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 醤油 だし汁 代替) じゃがいも 。大根 人参 はくさい 玉ねぎ みそ だし汁。 焼きのり 。/ パナナ いちご 砂糖 無糖ヨーグルト。
2 土	すりつぶしがゆ野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。さつまいも 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	わかめかゆ 豚汁	調乳 ゼリー せんべい	米 だし汁 わかめ 醤油。豚肉 さつまいも 人参 玉ねぎ 大根 みそ だし汁。
7 木	すりつぶしがゆ野菜の煮つぶし野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。キャベツ きゅうり だし汁。	調乳 すりつぶし いよかん	調乳 ウエハース	かゆ 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 いよかん せんべい	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。 いよかん 。
8 金	すりつぶしがゆ野菜の煮つぶし野菜のくたくた煮	米。 鮮缶 ブロッコリー 人参 だし汁。玉ねぎ 白菜 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	えんどうかゆ 鶏肉と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか みたらし団子	米 さやえんどう だし汁。鶏肉 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。豚肉 白菜 人参 みそ だし汁。 / 絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。
9 土	うどんのくたくた煮 りんごすりおろし	うどん 人参 玉ねぎ キャベツ だし汁。 りんご。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	調乳 ふかしいも せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。りんご。 / さつまいも。
11 月	すりつぶしがゆ豆腐のすりつぶし野菜の煮つぶし	米。豆腐 人参 だし汁。じゃがいも 白菜 大根 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ じゃがいものそぼろ煮 みそ汁 デ) いよかん	調乳 ミニゼリー せんべい	米。じゃがいも 豚挽き肉 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 白菜 人参 大根 みそ だし汁。いよかん。
12 火	すりつぶしがゆ野菜のミルク煮 そうめんのくたくた煮	米。 大根 人参 育児用ミルク。そうめん 人参 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 / 棒チーズ。
13 水	すりつぶしがゆ野菜のくたくた煮野菜の煮つぶし	米。白菜 玉ねぎ だし汁。 じゃがいも 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 牛肉と野菜煮 かきたま汁 (卵黄)	調乳 ふかしいも	米。牛肉 焼き豆腐 麩 白菜 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。卵黄 人参 玉ねぎ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉 。 / さつまいも。
14 木	すりつぶしがゆ白身魚のすり流し野菜の煮つぶし	米。 白身魚 人参 だし汁。ブロッコリー 玉ねぎ キャベツ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 白身魚と野菜煮 みそ汁	調乳 パナナ せんべい	米。 白身魚 ブロッコリー キャベツ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 みそ だし汁。 / パナナ。
15 金	すりつぶしがゆ豆腐のすり流し野菜の煮つぶし	米。豆腐 人参 だし汁。小松菜 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉団子と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか きなこトースト	米。豚挽き肉 ひじき缶 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク ブロッコリー 人参 砂糖 醤油 だし汁。白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 みそ だし汁。 / 食パン 育児用ミルク きな粉 パター 砂糖。
16 土	すりつぶしがゆ野菜のくたくた煮野菜の煮つぶし	米。 鮮缶 白菜 人参 だし汁。玉ねぎ チンゲン菜 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜風 わかめスープ	調乳 ゼリー せんべい	米。豚肉 白菜 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 片栗粉 だし汁。大根 人参 玉ねぎ わかめ チンゲン菜 醤油 だし汁。
18 月	すりつぶしがゆ野菜の煮つぶし野菜のくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。キャベツ きゅうり だし汁。	調乳 りんご すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 りんご ポーロ	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。ヨーグルト。 / りんご。
19 火	パンがゆ 野菜のすりつぶし野菜のミルク煮	ロールパン 野菜スープ。 鮮缶 人参 だし汁。人参 じゃがいも 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳 	調乳 ビスケット	パンがゆ 野菜の卵黄とじ スープ	調乳 ☆ぶどうゼリー せんべい	ロールパン 野菜スープ。卵黄 ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 しめじ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン じゃがいも 玉ねぎ レタス 人参 醤油 だし汁。 / ゼリーの素 ぶどうジュース。
20 水	すりつぶしがゆ豆腐のすりつぶし野菜のくたくた煮	米。豆腐 人参 だし汁。 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 出し汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁 デ) いよかん	調乳 ☆やわらか かぼちゃの おやき	米。 白身魚 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。豆腐 人参 しめじ チンゲン菜 醤油 だし汁。いよかん。 / 小麦粉 かぼちゃ 油 砂糖。
21 木	すりつぶしがゆ野菜の煮つぶし野菜のミルク煮	米。 鮮缶 キャベツ 人参 だし汁。白菜 小松菜 だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 鶏肉と野菜煮 中華スープ	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	米。鶏肉 キャベツ 小松菜 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。豚肉 豆腐 人参 白菜 醤油 だし汁。 / マカロニ きな粉 砂糖。
22 金	すりつぶしがゆ白身魚のすり流し野菜の煮つぶし	米。 白身魚 人参 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ミニゼリー ポーロ	米。 白身魚 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。人参 じゃがいも 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。
23 土	すりつぶしがゆ野菜のミルク煮野菜のくたくた煮	米。さつまいも 玉ねぎ 育児用ミルク。人参 大根 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	人参かゆ 豚汁	調乳 ゼリー せんべい	米 人参 醤油 だし汁。豚肉 さつまいも 人参 玉ねぎ 大根 みそ だし汁。
25 月	すりつぶしがゆ野菜のくたくた煮野菜の煮つぶし	米。白菜 人参 だし汁。大根 じゃがいも だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 高野豆腐の含め煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか いちご蒸しパン	米。鶏肉 高野豆腐 白菜 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉・じゃが芋 。豚肉 大根 人参 じゃがいも みそ だし汁。 / ホットケーキミックス いちご 砂糖。
26 火	パンがゆ 野菜の煮つぶし野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。キャベツ チンゲンサイ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ ビーフン煮 野菜スープ デ) パナナ	調乳 ☆やわらか ホットケーキ せんべい	ロールパン 育児用ミルク。豚肉 ビーフン 玉ねぎ 人参 しいたけ ビーマン 砂糖 醤油 だし汁。空豆 キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。 パナナ。 / ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
27 水	すりつぶしがゆ白身魚のすり流し野菜の煮つぶし	米。 白身魚 キャベツ 人参 だし汁。かぼちゃ はくさい 玉ねぎ だし汁。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	調乳 りんご せんべい	米。 白身魚 キャベツ 人参 砂糖 だし汁 醤油。かぼちゃ 玉ねぎ はくさい わかめ みそ だし汁。 / りんご。
28 木	パンがゆ 豆腐のすりつぶし野菜のミルク煮	ロールパン 野菜スープ。豆腐 人参 だし汁。 じゃがいも 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 豆腐と野菜の煮物 スープ	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン 野菜スープ。豆腐 豚挽き肉 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) じゃがいも 。春雨 玉ねぎ 人参 しいたけ 白菜 醤油 だし汁。
29 金	すりつぶしがゆ高野豆腐のすり流し野菜のミルク煮	米。高野豆腐 人参 だし汁。大根 人参 ほうれん草 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ えんどうの卵黄とじ みそ汁	調乳 型抜きチーズ ビスケット	米。鶏肉 さやえんどう 人参 高野豆腐 卵黄 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 。大根 人参 玉ねぎ ほうれん草 みそ だし汁。 / 型抜き チーズ。
30 土	スパゲッティくたくた煮 パナナのすりつぶし	スパゲッティ 人参 玉ねぎ だし汁。 パナナ。	調乳	調乳 せんべい	スープスパゲッティ くだもの (パナナ)	調乳 ふかしいも せんべい	スパゲッティ 豚挽き肉 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン 野菜スープ。 パナナ。 / さつまいも。

☆印は手作りおやつです。