



5月の離乳食献立表（初期～中期）



2021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 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。
6 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 りんご すりおろし	調乳 ウエハース	かゆ 肉じゃがが 煮びたし ミニゼリー	調乳 りんご せんべい	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 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。ミニゼリー。/りんご。
7 金	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。鮭缶 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。
8 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。
10 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 テ) 清見オレンジ	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。清見オレンジ。
11 火	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 ビスケット	パンがゆ 豆腐と野菜の煮物 スープ	調乳 棒チーズ 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。/ 棒チーズ。
12 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。
13 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 バナナ 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 ほつれん草 みそ だし汁。/ バナナ。
14 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 じゃこパフ	米。豚挽き肉 芽ひじき 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク ほつれん草 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 白すり干し あおのり 白すりごま。
15 土	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。鮭缶 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。
17 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	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃがが 煮びたし ヨーグルト	調乳 キウイ せんべい	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリーンピース 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。/キウイ。
18 火	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。鮭缶 キャベツ 人参 だし汁。白菜 小松菜 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 鶏肉と野菜煮 中華スープ	調乳 ☆ぶどうゼリー せんべい	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。/ ゼリーの素 ぶどうジュース。
19 水	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のくたくた煮	米。白身魚 人参 だし汁。大根 玉ねぎ 人参 出し汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜煮 すまし汁 テ) りんご	調乳 ☆やわらか ホットケーキ せんべい	米。白身魚 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 りんご。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
20 木	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。 鮭缶 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 ウエハース	パンがゆ 野菜の卵黄とじ スープ	調乳 やわらか あんこ団子	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。/ 絹こし豆腐 白玉粉 上白糖 こしあん。
21 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。
22 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。
24 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。
25 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 テ) バナナ	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	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。バナナ。/ マカロニ きな粉 砂糖。
26 水	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 ポーロ	かゆ 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁	調乳 ☆やわらか かぼちゃの おやき	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。/小麦粉 かぼちゃ 油 砂糖。
27 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 キャベツ だし汁。じゃがいも 人参 チンゲンサイ 玉ねぎ だし汁。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 せんべい	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。豆腐 しめじ チンゲンサイ 人参 醤油 だし汁。/ りんご。
28 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。かぼちゃ 玉ねぎ はくさい 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 キウイ せんべい	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。かぼちゃ 玉ねぎ はくさい わかめ みそ だし汁。/ キウイ。
29 土	スパゲッティくたくた煮 りんごすりおろし	スパゲッティ 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。	調乳	調乳 せんべい	スープスパゲッティ くだもの(りんご)	調乳 ふかししいも 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。りんご。/ さつまい も。
31 月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。大根 人参 だし汁。 なす 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁・バナナ	調乳 型抜きチーズ ビスケット	米。豚肉 大根 人参 三度豆 砂糖 醤油 出し汁。なす 人参 玉ねぎ みそ 出し汁。/ バナナ 型抜きチーズ。

☆印は手作りおやつです。