



5月の離乳食献立表（初期～中期）



令和5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(月)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし グリーンピースのミルク煮	米。じゃが芋 玉ねぎ 人参 だし汁。 グリーンピース 育児用ミルク。	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 ミニゼリー	調乳 りんご ウエハース	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。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。
2(火)	パンがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 豆腐 人参 だし汁。 白菜 玉ねぎ だし汁。	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 ☆やわらか みたらし団子	ロールパン 育児用ミルク。豆腐 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 醤油 出し汁 代替) じゃが芋。はるさめ 人参 玉ねぎ はくさい 生しいたけ 醤油 だし汁。 /絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。
6(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 育児用ミルク。 大根 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	わかめかゆ 豚汁 りんご	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。/りんご。
8(月)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ じゃがいものそぼろ煮 すまし汁	調乳 キウイ 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 しめじ チンゲン菜 人参 醤油 だし汁。/キウイ。
9(火)	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜煮つぶし	米。ブロッコリー 玉ねぎ 育児用ミルク。 白菜 人参 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 豚肉と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	米。豚肉 ブロッコリー 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁。 豚肉 白菜 人参 みそ だし汁。 /バナナ いちご 砂糖 ヨーグルト。
10(水)	すりつぶしがゆ そうめんのくたくた煮 野菜の煮つぶし	米。 そうめん 白菜 だし汁。 人参 白菜 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 牛肉と野菜煮 そうめんと卵黄のすまし汁 デ) バナナ	調乳 ふかしおじゃが せんべい	米。牛肉 麩 焼き豆腐 白菜 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。卵黄 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。バナナ。 / じゃがいも。
11(木)	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し マッシュポテト	米。白身魚 キャベツ 人参 だし汁。 じゃが芋 育児用ミルク。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜煮 豚汁	調乳 バナナ ビスケット	米。白身魚 キャベツ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豚肉 大根 人参 じゃが芋 みそ だし汁。/バナナ。
12(金)	すりつぶしがゆ ほうれん草のミルク煮 野菜のくたくた煮	米 えんどうまめ。 ほうれん草 育児用ミルク。 白菜 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	えんどうかゆ 肉団子と野菜煮 すまし汁	調乳 ☆ぶどうジュースゼリー せんべい	米 さやえんどう だし汁。豚挽き肉 芽ひじき 玉ねぎ パン粉 育児用ミルク ほうれん草 人参 砂糖 醤油 出し汁。白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 醤油 だし汁。 /ゼラチン ぶどうジュース 砂糖。
13(土)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。 白菜 玉ねぎ だし汁。 人参 大根 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 ふかしおじゃが 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。/ じゃがいも。
15(月)	すりつぶしがゆ かぼちゃのミルク煮 野菜の煮つぶし	米。かぼちゃ 人参 育児用ミルク。 ほうれん草 玉ねぎ 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 キウイ ウエハース	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。かぼちゃ 玉ねぎ 人参 しめじ ほうれん草 みそ だし汁。/キウイ。
16(火)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 ブロッコリー 白菜 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 ミニゼリー せんべい	米。鶏肉 ブロッコリー 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 小松菜 人参 白菜 醤油 だし汁。
17(水)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 白身魚 人参 だし汁。 大根 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜煮 ひじきと野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。白身魚 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豚肉 ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
18(木)	パンがゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	ロールパン 野菜スープ。 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。 じゃが芋 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ 野菜の卵黄とじ スープ デ) りんご	調乳 ☆やわらか あんこ団子・せんべい	ロールパン 野菜スープ。卵黄 玉ねぎ 人参 しめじ グリーンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉・コーン。玉ねぎ レタス 人参 醤油 だし汁。りんご。 / 豆腐 白玉粉 砂糖 小豆。
19(金)	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。 じゃが芋 玉ねぎ 人参 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。
20(土)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米 人参。 豆腐 人参 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	人参かゆ みそ汁 りんご	調乳 ゼリー せんべい	米 人参 醤油 だし汁。 豆腐 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁。りんご。
22(月)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のくたくた煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 白菜 大根 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉の野菜煮 みそ汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 白菜 人参 大根 みそ だし汁。 /棒チーズ。
23(火)	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 人参 玉ねぎ だし汁。 キャベツ 人参 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) バナナ	調乳 ☆煮込みうどん	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。キャベツ えのきだけ 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁。バナナ。 /うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。
24(水)	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のくたくた煮	米。じゃが芋 グリーンピース 育児用ミルク。ブロッコリー 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 キウイ ビスケット	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。ブロッコリー 人参 醤油 だし汁。 ヨーグルト。/キウイ。
25(木)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜のくたくた煮	米。 メルルーサ キャベツ だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜の煮物 ビーフンスープ	調乳 ☆やわらか かぼちゃのおやき	米。メルルーサ キャベツ 砂糖 醤油 だし汁。ビーフン しめじ 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 出し汁。 /小麦粉 かぼちゃペースト 育児用ミルク 砂糖。
26(金)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。かぼちゃ 玉ねぎ だし汁。白菜 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ えんどうの卵黄とじ みそ汁	調乳 ☆やわらか かわりあべかわ	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 みそ 出し汁。 / マカロニ きな粉 砂糖。
27(土)	スパゲッティの くたくた煮 リンゴすりおろし	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 野菜スープ 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 醤油 だし汁。たまねぎ 人参 醤油 だし汁。りんご。/ さつまいも。
29(月)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。 大根 人参 だし汁。 人参 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁・焼きのり デ) バナナ	調乳 ミニゼリー ポーロ	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。焼きのり。バナナ。
30(火)	すりつぶしがゆ 赤魚のすり流し 野菜のミルク煮	米。赤魚 人参 だし汁 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 型抜きチーズ せんべい	米。赤魚 砂糖 醤油 だし汁。豆腐 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁。/型抜きチーズ。
31(水)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜煮つぶし	米。 玉ねぎ 人参 キャベツ だし汁。 じゃが芋 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 豚肉と野菜の煮物 かきたま汁	調乳 ☆ミルクゼリー	米。豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁。 卵黄 えのき 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 /ゼラチン 育児用ミルク 砂糖。

☆印は手作りおやつです。