



5月の離乳食献立表（初期～中期）



令和8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	献立名	食品名	間食
1(金)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜すりつぶし	米。 キャベツ 玉ねぎ だし汁。 じゃが芋 人参 だし汁。	調乳	かゆ 肉じゃが 煮浸し ヨーグルト	調乳 オレンジ せんべい	米/豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 醤油 砂糖 だし汁/キャベツ きゅうり 醤油 砂糖 だし汁 /ヨーグルト (オレンジ)
2(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし りんごすりおろし	うどん 玉ねぎ だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。	調乳	煮込みうどん 野菜スープ りんご	調乳 ふかしいも せんべい	うどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 /豆腐 玉ねぎ ほうれん草 人参 醤油 だし汁 /りんご (さつまいも)
7(木)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	チンゲン菜 人参 だし汁。 ブロッコリー 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	かゆ ひき肉と野菜の煮物 春雨スープ	調乳 子どもの日ゼリー せんべい	米 / 豚ひき肉 玉ねぎ ブロッコリー 醤油 砂糖 だし汁/春雨 玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁 (子どもの日ゼリー)
8(金)	すりつぶしがゆ 野菜くたくた煮 かぼちゃのミルク煮	米。 ほうれん草 玉ねぎ だし汁。 かぼちゃ 育児用ミルク。	調乳	かゆ 高野豆腐の含め煮 みそ汁・テ) りんご	調乳 ☆麩のラスク フレッシュゼリー	米/鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 /かぼちゃ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 だし汁 みそ りんご (おつゆ麩 さとう) (フレッシュゼリー)
9(土)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。 大根 玉ねぎ だし汁。 はくさい 人参 育児用ミルク。	調乳	かゆ 八宝菜風 野菜スープ	調乳 みかんゼリー せんべい	米/豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ 醤油 砂糖 だし汁/ 大根 人参 玉ねぎ チンゲンサイ 醤油 だし汁 (みかんゼリー)
11(月)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜の煮つぶし	米。 じゃが芋 育児用ミルク。 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	かゆ 肉じゃが みそ汁 テ) りんご	調乳 ☆さつま芋入り やわらかホットケーキ	米/豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 醤油 砂糖 だし汁/豆腐 はくさい 人参 大根 みそ だし汁 /りんご (さつまいも 育児用ミルク ホットケーキミックス)
12(火)	すりつぶしえんどうがゆ 白身魚すり流し 野菜すりつぶし	米 さやえんどう。 カレイ 人参 片栗粉 だし汁。 玉ねぎ はくさい だし汁。	調乳	えんどうがゆ 煮魚 みそ汁	調乳 ☆ぶどうジュースゼリー せんべい	米 さやえんどう /カレイ キャベツ 人参 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 豆腐 はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (ぶどうジュース ゼラチン 砂糖)
13(水)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜すりつぶし	米。 カレイ 人参 片栗粉 だし汁。 大根 玉ねぎ だし汁。	調乳	かゆ ボーロ 煮魚 豚汁	調乳 ボーロ せんべい	米/カレイ 大根 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 豚肉 大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (じゃが芋 育児用ミルク)
14(木)	パンがゆ 野菜の煮つぶし 豆腐すり流し	ロールパン 育児用ミルク。 人参 玉ねぎ だし汁。 豆腐 キャベツ だし汁。	調乳	パンがゆ 豆腐の煮物 野菜スープ	調乳 バナナ せんべい	ロールパン 育児用ミルク / 木綿豆腐 コーン缶 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 代替) じゃが芋 / キャベツ 玉ねぎ 人参 小松菜 醤油 だし汁 (バナナ)
15(金)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 マッシュポテト	米。 人参 玉ねぎ だし汁。 じゃが芋 育児用ミルク。	調乳	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/豚肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ 砂糖 醤油 だし汁 /じゃがいも ほうれん草 人参 玉ねぎ みそ だし汁 (フレッシュゼリー)
16(土)	人参すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜すりつぶし	米 人参。 豆腐 小松菜 だし汁。 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳	人参かゆ みそ汁 りんご	調乳 ももゼリー せんべい	米 人参/豆腐 豚肉 玉ねぎ 人参 小松菜 みそ だし汁/りんご (ももゼリー)
18(月)	すりつぶしがゆ 野菜すり流し 野菜くたくた煮	米。 玉ねぎ 小松菜 だし汁。 人参 キャベツ だし汁。	調乳 りんご すりおろし	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 ビーフンスープ	調乳 りんご せんべい	米/鶏肉 キャベツ 人参 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 /ビーフン 人参 玉ねぎ 小松菜 醤油 だし汁 (りんご)
19(火)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 カレイ 人参 片栗粉 だし汁。 はくさい 人参 だし汁。	調乳	かゆ 煮魚 卵黄汁	調乳 せんべい	米/カレイ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 / 卵黄 はくさい 人参 醤油 だし汁 代替) 豚肉 (育児用ミルク ゼラチン)
20(水)	すりつぶしがゆ マッシュポテト 野菜の煮つぶし	米。 じゃが芋 育児用ミルク。 玉ねぎ 人参 だし汁。	調乳 りんご すりおろし	かゆ 肉じゃが 煮浸し ヨーグルト	調乳 りんご せんべい	米/鶏肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚肉 /ブロッコリー 人参 コーン缶 醤油 だし汁/ヨーグルト (りんご)
21(木)	パンがゆ 野菜のくたくた煮 りんごすりおろし	ロールパン 育児用ミルク。 ほうれん草 人参 だし汁。 りんご。	調乳	パンがゆ 卵黄とじ 野菜スープ デザート (バナナ)	調乳 せんべい	ロールパン 育児用ミルク/卵黄 ツナ水煮缶 トマト ほうれん草 醤油 だし汁 代替) 豚肉 /豚肉 豆腐 人参 はくさい 醤油 だし汁/バナナ (米 きな粉)
22(金)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 カレイ 人参 片栗粉 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 フレッシュゼリー せんべい	米/カレイ 砂糖 醤油 だし汁 /じゃが芋 玉ねぎ 人参 みそ だし汁 (フレッシュゼリー)
23(土)	うどんのくたくた煮 野菜の煮つぶし りんごすりおろし	うどん 玉ねぎ だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。 りんご。	調乳	煮込みうどん 野菜スープ りんご	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁 /キャベツ 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁 /りんご (じゃがいも)
25(月)	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	かゆ じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	調乳 せんべい ボーロ	米/じゃが芋 豚ひき肉 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 /豆腐 はくさい キャベツ 人参 みそ だし汁
26(火)	パンがゆ 野菜すりつぶし 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。 チンゲン菜 玉ねぎ だし汁。	調乳	パンがゆ ビーフンソテー 野菜スープ	調乳 せんべい ☆フルーツヨーグルト和え	ロールパン 育児用ミルク/豚肉 ビーフン 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁 /玉ねぎ 人参 チンゲン菜 醤油 だし汁 (バナナ いちご ヨーグルト(プレーン))
27(水)	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし かぼちゃのミルク煮	米。 人参 はくさい だし汁。 かぼちゃ 育児用ミルク。	調乳	かゆ そら豆の卵黄とじ みそ汁・テ) バナナ	調乳 ☆煮込みうどん せんべい	米/そら豆 鶏肉 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 だし汁 /バナナ (うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ だし汁 醤油)
28(木)	パンがゆ 白身魚すり流し 野菜のくたくた煮	ロールパン 育児用ミルク。 鮭 玉ねぎ 片栗粉 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ だし汁。	調乳	パンがゆ 鮭と野菜のミルク煮 ほうれん草スープ	調乳 フレッシュゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク/鮭 玉ねぎ コーン缶 じゃが芋 育児用ミルク 片栗粉 代替) 豚肉 /大根 ほうれん草 人参 醤油 だし汁 (フレッシュゼリー)
29(金)	すりつぶしがゆ 白身魚すり流し 野菜の煮つぶし	米。 カレイ 人参 片栗粉 だし汁。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	かゆ 煮魚 すまし汁	調乳 オレンジ せんべい	米/カレイ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 /卵黄 豆腐 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁 代替) 豚肉 (オレンジ)
30(土)	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 マッシュポテト	米。 玉ねぎ 人参 だし汁。 じゃが芋 育児用ミルク。	調乳	かゆ 野菜のそぼろ煮 りんご	調乳 みかんゼリー せんべい	米/豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁/りんご (みかんゼリー)

☆印は手作りおやつです。