



# 5月の離乳食献立表（初期～中期）



2022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
2月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし 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 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。
6金	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし 野菜のくたくた煮	米。鮭缶 プロッコリー 人参 だし汁。玉ねぎ 白菜 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜煮 みそ汁	調乳 ☆やわらか みたらし団子	米。鶏肉 プロッコリー 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。
7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 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。
9月	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つづし	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	調乳 ☆フルーツ ヨーグルト和え	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。バナナ いちご 砂糖 ヨーグルト。
10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 キウイ 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。/ キウイ。
11水	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つづし	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) デ) 清見オレンジ	調乳 ふかしおじゃが	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。 清見オレンジ。/ じゃがいも。
12木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つづし	米。白身魚 人参 だし汁。プロッコリー 玉ねぎ キャベツ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	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 プロッコリー 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。/ バナナ。
13金	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜の煮つづし	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	えんどうかゆ 肉団子と野菜煮 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 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 だし汁。 白菜 人参 玉ねぎ 小松菜 みそ だし汁。 / ゼラチン ぶどうジュース 砂糖。
14土	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つづし	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 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。
16月	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つづし	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 キウイ せんべい	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。 / キウイ。
17火	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし 野菜のミルク煮	米。鮭缶 キャベツ 人参 だし汁。白菜 小松菜 育児用ミルク。	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 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。
18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 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。ひじき 人参 砂糖 醤油 だし汁。大根 玉ねぎ みそ だし汁。/ ホットケーキミックス 育児用ミルク 油。
19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 せんべい	パンがゆ 野菜の卵黄とし スープ	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 豚挽き肉 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 シラス 人参 醤油 だし汁。りんご。/ 絹こし豆腐 白玉粉 砂糖 小豆。
20金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つづし	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。
21土	すりつぶしがゆ 豆腐のすり流し 野菜のミルク煮	米。豆腐 人参 だし汁。 じゃがいも 玉ねぎ 小松菜 育児用ミルク。	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。
23月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし そうめんのくたくた煮	米。じゃがいも 玉ねぎ 人参 だし汁。そうめん 人参 小松菜 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉の野菜煮 そうめんのすまし汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替)豚肉。そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。/ 棒チーズ。
24火	パンがゆ 野菜の煮つづし 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 ピーマン煮 野菜スープ デ) バナナ	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン 育児用ミルク。豚肉 ピーマン 玉ねぎ 人参 しいたけ ピーマン 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ 玉ねぎ 人参 チンゲンサイ 醤油 だし汁。バナナ。
25水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし 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 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。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。
26木	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つづし	米。白身魚 キャベツ だし汁。じゃがいも 人参 チンゲンサイ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	調乳 ☆やわらか かぼちゃのおやき	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。/ 小麦粉 かぼちゃペースト 油 砂糖。
27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 えんどうの卵黄とし 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 わかめ みそ だし汁。/ マカロニ きな粉 砂糖。
28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 野菜スープ くだもの(りんご)	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 ピーマン 醤油 だし汁。たまねぎ 人参 醤油 だし汁。りんご。/ さつまいも。
30月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つづし 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・焼きのり バナナ	調乳 ☆煮込みうどん	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。/ うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。
31火	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つづし	米。白身魚 人参 だし汁。玉ねぎ 小松菜 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 型抜きチーズ ビスケット	米。白身魚 人参 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。

☆印は手作りおやつです。