

令和5年5月 離乳食予定献立表

きりん保育園

月	火	水	木	金	土
1 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮込み かつおだし汁	2 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	3 	4 	5 	6 お粥 豆腐の煮込み 野菜煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 パナナ 米 鶏むね肉 玉葱 人参 じゃが芋 グリンピース レタス 胡瓜 トマト かつお節 パナナ	人参粥 コーン煮物 米 豚挽き肉 玉葱 人参 ホールコーン缶 グリンピース 鶏もも肉 ブロッコリー かつお節				野菜雑炊 南瓜煮物 米 豚挽き肉 玉葱 人参 乾しいたけ グリンピース 沖縄豆腐 かつお節 南瓜
8 お粥 煮魚 豚肉と野菜の煮込み かつおだし汁	9 お粥 チキンの柔らか煮 豆腐と野菜の煮物 かつおだし汁	10 お粥 煮奴 ブロッコリー煮物 かつおだし汁	11 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁	12 お粥 豆腐煮物 インゲン煮込み 南瓜の味噌汁	13 お粥 チキンの柔らか煮 納豆煮込み かつおだし汁
野菜雑炊 さつま芋マッシュ 米 白身魚 生しいたけ 人参 玉葱 豚肉 キャベツ かつお節 さつま芋	野菜雑炊 南瓜マッシュ 米 鶏もも肉 玉葱 豚肉 ブロッコリー 人参 沖縄豆腐 かつお節 南瓜	野菜雑炊 パナナ 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 玉葱 かつお節 胡瓜 人参 ホールコーン缶 パナナ	芋粥 オレンジ 米 鮭 玉葱 じゃが芋 豚肉 ごぼう 人参 大根 かつお節 オレンジ さつま芋	野菜雑炊 りんご 米 沖縄豆腐 人参 いんげん 南瓜 玉葱 かつお節 りんご	米 納豆 鶏もも肉 大根 ごぼう 人参 かつお節
15 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮込み かつおだし汁	16 お粥 煮魚 納豆と野菜の煮込み かつおだし汁	17 お粥 煮魚 豚肉と野菜の煮物 ゆしとうふ汁	18 お弁当 	19 お粥 チキンの柔らか煮 野菜煮込み うどん煮込み汁	20 のり粥 豆腐煮込み ミンチと野菜の煮物 かつおだし汁
野菜雑炊 パナナ 米 鶏もも肉 鶏レバー じゃが芋 人参 玉葱 ブロッコリー かつお節 パナナ	野菜雑炊 オレンジ 米 納豆 白身魚 玉葱 大根 人参 豚肉 小松菜 かつお節 オレンジ じゃが芋	野菜雑炊 ヨーグルトリンド 米 グリンピース 白身魚 豚肉 玉葱 人参 赤ピーマン ゆし豆腐 かつお節 プレーンヨーグルト りんご	赤ちゃん菓子 パナナ	野菜雑炊 パナナ 米 うどん 鶏もも肉 白菜 人参 パクチオイ かつお節 ささみ キャベツ 胡瓜 バナナ	野菜雑炊 オレンジ 米 きざみのり 豚挽き肉 人参 玉葱 いんげん 沖縄豆腐 かつお節 オレンジ
22 お粥 煮奴 野菜煮物 かつおだし汁	23 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	24 お粥 煮魚 豚肉と野菜の煮物 かつおだし汁	25 お粥 ささみの柔らか煮 ブロッコリー煮物 かつおだし汁	26 お粥 豆腐煮込み 大根煮物 ほうれん草の味噌汁	27 お粥 豆腐とミンチの煮込み ピーマン煮物 冬瓜の味噌汁
トマト雑炊 南瓜マッシュ 米 絹ごし豆腐 玉葱 レタス トマト 南瓜 キャベツ 人参 かつお節	ブロッコリー雑炊 りんご 米 豚肉 沖縄豆腐 からし菜 人参 ブロッコリー 玉葱 かつお節 りんご	芋雑炊 パナナ 米 赤魚 豚肉 人参 玉葱 ピーマン さつま芋 かつお節 パナナ	野菜雑炊 コーン煮物 米 豚挽き肉 ピーマン 赤ピーマン ささみ ブロッコリー ホールコーン缶 大根 人参 かつお節	野菜雑炊 オレンジ 米 沖縄豆腐 人参 大根 乾しいたけ 鶏挽き肉 豚肉 ほうれん草 かつお節 オレンジ	野菜雑炊 パナナ 米 豚挽き肉 絹ごし豆腐 玉葱 人参 ピーマン 冬瓜 かつお節 パナナ
29 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	30 お粥 豚肉の柔らか煮 野菜煮物 かつおだし汁	31 お粥 煮魚 野菜煮物 かつおだし汁	離乳食とは 母乳やミルク以外の食品からも栄養を摂り、幼児食へと移行する食事のことです。 月齢や個々に応じて、ミルクと離乳食の量の割合、 食材の大きさや固さを調整して 上手にかミカミ、ごっくんする練習。 また、色々な食材の味や食感も覚える大切な時期です。 		
野菜雑炊 さつま芋マッシュ 米 豚肉 白菜 玉葱 人参 パクチオイ 大根 胡瓜 かつお節 さつま芋	トマト雑炊 パナナ 米 豚肉 キャベツ 玉葱 ピーマン 赤ピーマン 胡瓜 トマト かつお節 パナナ	コーン雑炊 オレンジ 米 ホールコーン缶 白身魚 人参 キャベツ ピーマン 玉葱 じゃが芋 オレンジ			

※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。