

令和7年5月 離乳食献立表

久良岐保育園

日		前期 (5～6ヶ月)	中期・後期 (7～8・9～11ヶ月)	完了期 (12～18ヶ月)	おやつ	日		前期 (5～6ヶ月)	中期・後期 (7～8・9～11ヶ月)	完了期 (12～18ヶ月)	おやつ
1	木	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ かぼちゃのとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね チンゲン菜和え かぶと玉葱の味噌汁	ごはん 松風焼き チンゲン菜のごま和え かぶとしめじの味噌汁	21	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物 じゃが芋マッシュ 人参とチンゲン菜の味噌汁	ごはん 豆腐の中華煮 粉吹きいも 玉葱とわかめのスープ	きなこサンド
2	金	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう じゃが芋のとうとう	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね じゃが芋のマッシュ チンゲン菜ともやしの味噌汁 バナナ	ごはん 肉じゃが風 チンゲン菜の炒め風サラダ 玉葱と人参の味噌汁 バナナ	22	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 ゆで人参 キャベツとねぎの味噌汁	ごはん 豚肉と野菜の炒め煮(竹輪、こんにやく無し) 蒸し鶏サラダ 麩と長ネギのすまし汁	南瓜蒸しパン チーズ蒸しパン
7	水	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 鶏ひきマーボ豆腐風 チンゲン菜和え もやしとねぎの味噌汁	ごはん マーボ豆腐(にんにく 生姜無し) ナムル風煮びたし(お酢なし) わかめスープ	23	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/鶏肉ハンバーグ キャベツ和え 南瓜のポタージュ	ごはん 鶏肉の照り焼き チーズサラダ(お酢なし) アスパラスープ	蒸しじゃが(青のり)
8	木	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのとうとう じゃが芋のとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 蒸し南瓜 もやしとじゃが芋の味噌汁	ごはん 鶏肉の甘辛煮 蒸しじゃが もやしとにらの味噌汁	24	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 マカロニ和え チンゲン菜としらすの味噌汁	チキンライス マカロニサラダ チンゲン菜としらすのスープ	カップヨーグルト ハイハイ カップヨーグルト ビスケット
9	金	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう かぶのとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/キャベツのつくね ゆで人参 かぶと玉ねぎの味噌汁	ごはん キャベツと豚肉の蒸し煮(にんにくなし) ひじきサラダ(お酢なし) かぶとかぶ葉の味噌汁	26	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 白身魚のとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け 蒸し南瓜 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	ごはん 鮭のコーンソース 凍り豆腐とひじきの含め煮 じゃが芋と玉ねぎとねぎの味噌汁	きなこ蒸しパン
10	土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 蒸し南瓜 玉葱と人参の味噌汁 バナナ	スパゲッティミートソース キャベツサラダ(レモンなし) 玉葱と人参の味噌汁 バナナ	27	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 鶏レバーの甘辛煮/ 鶏レバー入りハンバーグ ゆで人参 チンゲン菜ともやしの味噌汁	ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え えのきと舞茸の味噌汁	バナナヨーグルト (コーンフレーク)
12	月	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 白身魚のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け キャベツ和え じゃが芋と人参の味噌汁	ごはん 白身魚の西京焼き アスパラのおかか和え じゃが芋と玉ねぎと人参の味噌汁	28	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱と豆腐の煮物 蒸し南瓜 人参とキャベツの味噌汁	ごはん 厚揚げの甘酢あんかけ もやしのじゃこ和え 納豆汁	煮込みうどん (もやし 人参) チャー麺
13	火	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 ゆで人参 キャベツと玉ねぎの味噌汁	ごはん タンドリーチキン(生姜 カレー粉無し) 鉄骨サラダ(お酢なし) キャベツスープ	29	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ キャベツと肉団子の煮物 南瓜のマッシュ 玉葱と人参の味噌汁 バナナ	ごはん 肉団子とキャベツのスープ 南瓜サラダ バナナ	豆乳入りコーンフレーク 牛乳入りコーンフロスト
14	水	ハイハイ ビスケット	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱と豆腐の煮物 蒸し南瓜 ねぎと玉ねぎの味噌汁	ごはん 豆腐と野菜のケチャップ煮 大根炒めサラダ えのきとねぎの味噌汁	30	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 ささみの煮物 ゆで人参 玉葱とキャベツの味噌汁	ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 スパゲッティサラダ 玉葱とベーコンのスープ	おかかおじや おかかおむすび おかかおむすび
15	木	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう 南瓜のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/ハンバーグ スパゲッティーサラダ 南瓜のポタージュ	ごはん チーズハンバーグ/ナポリタン 温野菜 オニオンスープ	31	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆで人参 じゃが芋と玉ねぎの味噌汁	ごはん ベーコンと野菜の炒め物 キャベツとウインナーのソテー ポテトスープ	ハイハイ ビスケット
16	金	バナナ	10倍がゆ又はおかゆ 豆腐のとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね キャベツ和え 豆腐とねぎの味噌汁	ごはん 肉じゃが(しらたきなし) ごまキャベツ なめこ汁						
17	土	ハイハイ ビスケット		おかゆ/軟飯 高野豆腐の煮物 ゆでブロッコリー じゃが芋と南瓜の味噌汁	ごはん 豚肉のてりやき コーンブロッコリー じゃが芋と油揚げの味噌汁						
19	月	ヨーグルト	10倍がゆ又はおかゆ 人参ときなこのとうとう キャベツのとうとう	おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け キャベツ和え じゃが芋とねぎの味噌汁	ごはん 白身魚のソテー コールスローサラダ 具たくさん味噌汁						
20	火	オレンジ	10倍がゆ又はおかゆ 南瓜ときなこのとうとう 人参のとうとう	おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/つくね 蒸し南瓜 もやしと人参の味噌汁	ごはん 青椒肉絲 春雨と野菜のソテー(レタスなし) 人参スープ						