



# 2024年5月 どんぐりこども園離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料	日	曜日	初期5～6ヶ月頃	材料	中期7～8ヶ月頃	材料	後期9～11ヶ月頃	材料
1	水			全がゆ カレイの照り煮 茹でキャベツ 大根と長ねぎの味噌汁	米 カレイ キャベツ 大根・長ねぎ	全がゆ～軟飯 サワラの照り煮 ひじき煮 大根と長ねぎの味噌汁	米 サワラ ひじき・キャベツ 大根・長ねぎ	18	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 具沢山スープ	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 切干大根・キャベツ	全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 具沢山スープ	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 切干大根・キャベツ
2	木			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 納豆煮 マカロニスープ	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 ほうれん草・納豆 マカロニ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 納豆煮 マカロニスープ	米 豚肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参 ほうれん草・納豆 マカロニ	20	月			全がゆ 野菜のそぼろ煮 納豆煮 ほうれん草と麩の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・納豆 ほうれん草・麩	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 納豆煮 ほうれん草と麩の味噌汁	米 鶏肉・玉ねぎ・もやし 人参・納豆 ほうれん草・麩
7	火			全がゆ シチュー スパゲティ煮	米 麩・玉ねぎ 人参・牛乳 スパゲティ	全がゆ～軟飯 ケチャップ煮 スパゲティ煮	米 麩・玉ねぎ 人参 スパゲティ	21	火			全がゆ カレイのトマト煮 野菜のお浸し キャベツのスープ	米 カレイ・トマト 白菜・人参・玉ねぎ キャベツ	全がゆ～軟飯 カレイのトマト煮 おなか煮 キャベツのスープ	米 カレイ・トマト 白菜・人参・玉ねぎ・かつお節 キャベツ
8	水			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 もやしの煮びたし 切干大根のすまし汁	米 鶏肉・人参・ほうれん草 もやし・白菜 切干大根	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 もやしの煮びたし 切干大根のすまし汁	米 鶏肉・人参・ほうれん草 もやし・白菜 切干大根	22	水			全がゆ 鶏大根 人参ともやしの煮びたし 長ねぎのすまし汁	米 鶏肉・大根 人参・もやし 長ねぎ	全がゆ～軟飯 鶏大根 人参ともやしの煮びたし 長ねぎのすまし汁	米 鶏肉・大根 人参・もやし 長ねぎ
9	木			パンがゆ カレイのミルク煮 じゃが芋の煮物 小松菜と玉ねぎのスープ	食パン カレイ・牛乳 じゃが芋 小松菜・玉ねぎ	パンがゆ～食パン カレイのミルク煮 じゃが芋の煮物 小松菜と玉ねぎのスープ	食パン カレイ・牛乳 じゃが芋 小松菜・玉ねぎ	23	木			煮込みうどん 切干大根煮	うどん・麩 キャベツ・人参 切干大根・いんげん	煮込みうどん 切干大根煮	うどん・麩・豚肉 キャベツ・人参 切干大根・いんげん
10	金			全がゆ すき焼き風煮 ビーフン煮 麩の味噌汁	米 豆腐・白菜・長ねぎ ビーフン・きゅうり・人参 麩	全がゆ～軟飯 すき焼き風煮 ビーフン煮 麩の味噌汁	米 豚肉・豆腐・白菜・長ねぎ ビーフン・きゅうり・人参 麩	24	金			全がゆ 鶏肉の煮物 キャベツときゅうりのお浸し もやしのスープ	米 鶏肉 キャベツ・きゅうり もやし	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 キャベツときゅうりのお浸し もやしのスープ	米 鶏肉 キャベツ・きゅうり もやし
11	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 じゃが芋のすまし汁	米 高野豆腐・もやし・人参 じゃが芋	全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 じゃが芋のすまし汁	米 高野豆腐・もやし・人参 じゃが芋	25	土			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋のすまし汁	米 高野豆腐・もやし・人参 さつま芋	全がゆ～軟飯 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋のすまし汁	米 高野豆腐・もやし・人参 さつま芋
13	月			煮込みうどん 切干大根煮	うどん・鶏肉 白菜・長ねぎ・キャベツ 切干大根・人参	煮込みうどん 切干大根煮	うどん・鶏肉 白菜・長ねぎ・キャベツ 切干大根・人参	27	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 長ねぎの味噌汁	米 鶏肉 人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 わかめと長ねぎの味噌汁	米 鶏肉 人参 わかめ・長ねぎ
14	火			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 さつま芋の甘煮 麩のスープ	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 さつま芋 麩	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 わかめと麩のスープ	米 豚肉・高野豆腐・玉ねぎ・人参 さつま芋 わかめ・麩	28	火			パンがゆ 花野菜のシチュー ツナ煮	食パン 鶏肉・玉ねぎ・牛乳 ブロッコリー・カリフラワー ツナ・人参	パンがゆ～食パン 花野菜のシチュー ツナ煮	食パン 鶏肉・玉ねぎ・牛乳 ブロッコリー・カリフラワー ツナ・人参
15	水			全がゆ 鮭の照り煮 小松菜のお浸し キャベツの味噌汁	米 鮭 小松菜・もやし キャベツ	全がゆ～軟飯 鮭の照り煮 小松菜のお浸し キャベツの味噌汁	米 鮭 小松菜・もやし キャベツ	29	水			スープパスタ かぼちゃの甘煮	スパゲティ・ささみ 玉ねぎ・人参 かぼちゃ	スープパスタ スパゲティ・ささみ 玉ねぎ・人参 かぼちゃの甘煮	米 玉ねぎ・人参 かぼちゃ
16	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 納豆煮 白菜のスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 納豆・小松菜 白菜	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 納豆煮 白菜のスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 納豆・小松菜 白菜	30	木			全がゆ 豆腐の煮物 キャベツの煮びたし 小松菜と人参のすまし汁	米 豆腐・長ねぎ キャベツ・もやし 小松菜・人参	全がゆ～軟飯 麻婆豆腐 キャベツの煮びたし 小松菜と人参のすまし汁	米 豚肉・豆腐・長ねぎ キャベツ・もやし 小松菜・人参
17	金			全がゆ 鶏肉の煮物 野菜の煮びたし さつま芋のすまし汁	米 鶏肉 キャベツ・もやし・人参 さつま芋	全がゆ～軟飯 鶏肉のケチャップ煮 野菜の煮びたし さつま芋のすまし汁	米 鶏肉 キャベツ・もやし・人参 さつま芋	31	金			全がゆ カレイの煮付け 野菜の煮物 長ねぎの味噌汁	米 カレイ じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ 長ねぎ	全がゆ～軟飯 カレイの煮付け 野菜の煮物 長ねぎの味噌汁	米 カレイ じゃが芋・玉ねぎ・キャベツ 長ねぎ

\*材料購入の関係上、多少の変更はご了承ください。

\*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産です。

\*保育園ではいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でお試し下さい。