



5月離乳食献立表



2025年

柏みどり保育園

日付	後 期 食		中 期 食	
	献立名	材料	献立名	献立名 ※ ○ 肉は材料
01 木	おかゆ ささみと青菜の煮物 みそ汁	米 ささみ 小松菜 だし 醤油 わかめ えのき だし みそ	おかゆ ささみと青菜の煮物 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	おかゆ/人参のおかか和え	米/人参 かつお節 醤油	おかゆ/人参のおかか和え	
02 金	おかゆ 鮭と野菜の炒め煮 みそ汁	米 鮭 キャベツ 玉葱 人参 醤油 豆腐 あさつき だし 醤油	おかゆ 鮭と野菜の炒め煮 みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	おかゆ/さつま芋の煮物	米/さつま芋	おかゆ/さつま芋の煮物	
07 水	おかゆ ささみと大根の煮物 みそ汁	米 ささみ 大根 人参 だし 醤油 えのき わかめ だし みそ	おかゆ ささみと大根の煮物 みそ汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	おかゆ/青菜と人参の煮物	米/グリーンピース/ツナ 小松菜 人参 だし 醤油	おかゆ/青菜と人参の煮物	
08 木	おかゆ さつま芋のそぼろ煮 すまし汁	米 鶏ミンチ さつま芋 醤油 ほうれん草 人参 だし 醤油	おかゆ さつま芋のそぼろ煮 すまし汁	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)
	おかゆ/豆腐と野菜の煮物	米/豆腐 人参 玉葱 醤油	おかゆ/豆腐と野菜の煮物	
09 金	おかゆ ツナと白菜の煮物 みそ汁	米 ツナ 白菜 人参 だし 鮭 玉葱 だし みそ	おかゆ ツナと白菜の煮物 みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	しらす粥/人参スティック	米/しらす/人参	しらす粥/人参スティック	
10 土	ミートソース風粥 スープ	米 鶏ミンチ ビーマン 人参 ケチャップ 玉葱 ほうれん草 だし 醤油	ミートソース風粥 スープ	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	コーン粥/野菜のおかか和え	米 コーン/人参 玉葱 かつお節	コーン粥/野菜のおかか和え	
12 月	おかゆ 肉じゃが みそ汁	米 鶏ミンチ じゃが芋 玉葱 人参 醤油 わかめ えのき だし みそ	おかゆ 肉じゃが みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	おかゆ/ツナと青菜の和え物	米/ツナ チンゲン菜 人参 醤油	おかゆ/ツナと青菜の和え物	
13 火	おかゆ 鮭と野菜の照り煮 すまし汁	米 鮭 キャベツ 人参 砂糖 醤油 豆腐 あさつき だし 醤油	おかゆ 鮭と野菜の照り煮 すまし汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	おかゆ/かぼちゃの煮物	おかゆ/かぼちゃ	おかゆ/かぼちゃの煮物	
14 水	おかゆ ささみと大根の煮物 すまし汁	米 ささみ 大根 人参 だし 鮭 玉葱 だし 醤油	おかゆ ささみと大根の煮物 すまし汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	そぼろ粥/きゅうりスティック	米 鶏ミンチ/きゅうり	そぼろ粥/きゅうりスティック	
15 木	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 みそ汁	米 豆腐 鶏ミンチ 人参 醤油 キャベツ あさつき だし みそ	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 みそ汁	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)
	しらす粥/かぼちゃの煮物	米/しらす/かぼちゃ	しらす粥/かぼちゃの煮物	
16 金	おかゆ カレイのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	米 かれい みそ 人参 だし 小松菜 えのき だし 醤油	おかゆ カレイのみそ煮 人参のだし煮 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	おかか粥/青菜の和え物	米 かつお節/小松菜 人参 玉葱 醤油	おかか粥/青菜の和え物	
17 土	ピビンバ粥 スープ	米 鶏ミンチ チンゲン菜 人参 醤油 砂糖 わかめ 玉葱 昆布 醤油	ピビンバ粥 スープ	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)
	おかゆ/さつま芋の土佐煮	米/かつお節 さつま芋 醤油	おかゆ/さつま芋の土佐煮	
19 月	おかゆ 鶏肉とキャベツのケチャップ炒め みそ汁	米 鶏ミンチ キャベツ 人参 ケチャップ 大根 あさつき だし みそ	おかゆ 鶏肉とキャベツのケチャップ炒め みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	おかゆ/ツナと野菜の煮物	米/ツナ 人参 玉ねぎ 醤油	おかゆ/ツナと野菜の煮物	

日付	後 期		中 期 食	
	献立名	材料	献立名	献立名 ※ ○ 肉は材料
20 火	おかゆ 鮭と野菜の炒め煮 みそ汁	米 鮭 ビーマン 人参 玉ねぎ 醤油 小松菜 豆腐 だし みそ	おかゆ 鮭と野菜の炒め煮 みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	にんじん粥/じゃが芋の煮物	米 人参/じゃが芋 玉葱 醤油	にんじん粥/じゃが芋の煮物	
21 水	おかゆ ささみと野菜のケチャップ煮 スープ	米 ささみ 玉葱 人参 ケチャップ えのき 人参 だし 醤油	おかゆ ささみと野菜のケチャップ煮 スープ	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	おかゆ/白菜のツナ和え	米/ツナ 白菜 人参 醤油	おかゆ/白菜のツナ和え	
22 木	おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁	米 鶏ミンチ じゃが芋 人参 醤油 玉葱 鮭 だし みそ	おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	コーン粥/きゅうりのおかか和え	米 コーン/かつお節 きゅうり 醤油	コーン粥/きゅうりのおかか和え	
23 金	おかゆ かれいの煮つけ 人参スティック みそ汁	米 かれい 醤油 人参 チンゲン菜 人参 だし みそ	おかゆ かれいの煮つけ 人参スティック みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	おかゆ/ツナとさつま芋の煮物	米/ツナ さつま芋	おかゆ/ツナとさつま芋の煮物	
24 土	おかゆ 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁	米 鶏ミンチ キャベツ 人参 醤油 ほうれん草 玉葱 だし みそ	おかゆ 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	おかゆ/じゃが芋の磯煮	米/じゃが芋 青のり	おかゆ/じゃが芋の磯煮	
26 月	おかゆ 豆腐のみそ煮 すまし汁	米 豆腐 玉葱 みそ えのき ねぎ だし 醤油	おかゆ 豆腐のみそ煮 すまし汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	おかゆ/ささみと野菜の炒め煮	米/ささみ 玉葱 赤ビーマン 醤油	おかゆ/ささみと野菜の炒め煮	
27 火	おかゆ かれいと野菜の煮物 みそ汁	米 かれい 白菜 人参 醤油 大根 わかめ だし みそ	おかゆ かれいと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	コーン粥/野菜スティック	米 コーン/人参 きゅうり	コーン粥/野菜スティック	
28 水	おかゆ キャベツのじゃこ炒め みそ汁	米 しらす キャベツ 赤ビーマン 醤油 鮭 あさつき だし みそ	おかゆ キャベツのじゃこ炒め みそ汁	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	おかゆ/野菜のそぼろ煮	米/鶏ミンチ キャベツ 人参 醤油	おかゆ/野菜のそぼろ煮	
29 木	おかゆ ツナと白菜の和え物 スープ	米 ツナ 白菜 人参 醤油 チンゲン菜 人参 昆布 醤油	おかゆ ツナと白菜の和え物 スープ	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)
	おかか粥/さつま芋の煮物	米 かつお節/さつま芋	おかか粥/さつま芋の煮物	
30 金	おかゆ かれいと野菜のみそ煮 すまし汁	米 かれい 人参 みそ わかめ ねぎ だし 醤油	おかゆ かれいと野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	しらす粥/大根と人参の炒め煮	米/しらす/大根 人参 醤油	しらす粥/大根と人参の炒め煮	
31 土	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 スープ	米 鶏ミンチ 白菜 人参 醤油 えのき わかめ 昆布 だし	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 スープ	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	おかゆ/ツナと大根の和え物	米/ツナ 大根 きゅうり 醤油	おかゆ/ツナと大根の和え物	

※中期食の材料は後期食と同じです。味付けはなし、またはごく少量で風味付け程度に使用します。

※初期食は午後の食事はありません。

