



5月離乳食献立表



2026年

柏みどり保育園

日付	後期食		中期食	初期
	献立名	材料	献立名	献立名 ※○内は材料
01 金	午前 おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	米 かれい 人参 チンゲン菜 みそ えのき わかめ だし しょうゆ	おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/豆腐の煮物	米/豆腐 人参 しょうゆ	おかゆ/豆腐の煮物	
02 土	午前 おかゆ ささみと野菜の和風煮 みそ汁	米 ささみ 人参 玉葱 しょうゆ キャベツ 麩 だし みそ	おかゆ ささみと野菜の和風煮 みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	午後 おかがゆ/じゃが芋の甘煮	米 かつお節/じゃが芋 砂糖 しょうゆ	おかがゆ/じゃが芋の甘煮	
07 木	午前 おかゆ 鶏肉と野菜の洋風煮 スープ	米 鶏ひき肉 キャベツ 人参 ケチャップ 玉葱 人参 昆布 しょうゆ	おかゆ 鶏肉と野菜の洋風煮 スープ	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)
	午後 おかゆ/さつま芋とツナの煮物	米/さつま芋 ツナ	おかゆ/さつま芋とツナの煮物	
08 金	午前 おかゆ 鮭の照り煮 人参のだし煮 みそ汁	米 鮭 しょうゆ 砂糖 人参 だし 玉葱 豆腐 だし みそ	おかゆ 鮭の照り煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	午後 おかゆ/豆腐のそぼろ煮	米/豆腐 鶏ひき肉 しょうゆ	おかゆ/豆腐のそぼろ煮	
09 土	午前 おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 スープ	米 ささみ 玉葱 人参 ケチャップ キャベツ 玉葱 昆布 しょうゆ	おかゆ 鶏肉と野菜のトマト煮 スープ	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	午後 おかゆ/しらすとキャベツの煮物	米/しらす キャベツ しょうゆ	おかゆ/しらすとキャベツの煮物	
11 月	午前 おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	米 鶏ひき肉 キャベツ しょうゆ えのき 麩 だし みそ	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)
	午後 おかゆ/かぼちゃのそぼろ煮	米/かぼちゃ 鶏ひき肉 しょうゆ	おかゆ/かぼちゃのそぼろ煮	
12 火	午前 おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	米 かれい 人参 玉葱 みそ 玉葱 わかめ だし しょうゆ	おかゆ カレイと野菜のみそ煮 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/キャベツの土佐煮	米/キャベツ かつお節 しょうゆ	おかゆ/キャベツの土佐煮	
13 水	午前 おかゆ 回鍋肉風煮物 スープ	米 ささみ キャベツ ピーマン みそ だし 人参 玉葱 昆布 しょうゆ	おかゆ 回鍋肉風煮物 スープ	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	午後 コーンがゆ/大根とツナのうま煮	米 コーン/大根 ツナ しょうゆ	コーンがゆ/大根とツナのうま煮	
14 木	午前 おかゆ 鶏団子と野菜の煮物 みそ汁	米 鶏ひき肉 パン粉 片栗粉 人参 しょうゆ 小松菜 玉葱 だし みそ	おかゆ 鶏団子と野菜の煮物 みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	午後 おかゆ/豆腐と野菜の煮物	米/豆腐 人参 しょうゆ	おかゆ/豆腐と野菜の煮物	
15 金	午前 おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	米 かれい 人参 玉葱 しょうゆ 玉葱 わかめ だし みそ	おかゆ カレイと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/人参のおかか煮	米 人参 だし かつお節	おかゆ/つぶし人参	
16 土	午前 おかゆ ささみと野菜の磯煮 みそ汁	米 ささみ 人参 だし あおのり はくさい たまねぎ だし みそ	おかゆ ささみと野菜の磯煮 みそ汁	おかゆ コーンのとうとう (米 コーン)
	午後 おかゆ/さつまいものミルク煮	おかゆ/さつまいも 粉ミルク	おかゆ/さつまいものミルク煮	

日付	後期		中期食	初期
	献立名	材料	献立名	献立名 ※○内は材料
18 月	午前 おかゆ ささみと野菜の磯煮 みそ汁	米 ささみ 人参 玉葱 あおのり 豆腐 玉葱 だし みそ	おかゆ ささみと野菜の磯煮 みそ汁	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	午後 おかゆ/じゃが芋のコーンミルク煮	米/じゃが芋 コーン 粉ミルク	おかゆ/じゃが芋のコーンミルク煮	
19 火	午前 おかゆ 鮭と野菜の煮つけ みそ汁	米 鮭 キャベツ 人参 しょうゆ 小松菜 えのき だし みそ	おかゆ 鮭と野菜の煮つけ みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/野菜のおかか和え	米/人参 きゅうり かつお節 しょうゆ	おかゆ/野菜のおかか和え	
20 水	午前 おかゆ 鶏肉と野菜の和風煮 みそ汁	米 ささみ 人参 玉葱 しょうゆ 玉葱 わかめ だし みそ	おかゆ 鶏肉と野菜の和風煮 みそ汁	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	午後 おかゆ/しらすと青菜の煮物	米/しらす チンゲン菜 人参 しょうゆ	おかゆ/しらすと青菜の煮物	
21 木	午前 ピピンバ風がゆ スープ	米 鶏ひき肉 チンゲン菜 人参 みそ 人参 たら 昆布 しょうゆ	ピピンバ風がゆ スープ	おかゆ さつま芋のとうとう (米 さつま芋)
	午後 人参がゆ/さつま芋の甘煮	米 人参/さつま芋 砂糖	人参がゆ/さつま芋の甘煮	
22 金	午前 おかゆ 鶏肉と野菜の洋風煮 スープ	米 鶏ひき肉 人参 玉葱 ケチャップ キャベツ 人参 昆布 しょうゆ	おかゆ 鶏肉と野菜の洋風煮 スープ	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	午後 おかゆ/じゃが芋とツナの煮物	米/じゃが芋 ツナ 塩	おかゆ/じゃが芋とツナの煮物	
23 土	午前 スタミナ丼風がゆ スープ	米 ささみ キャベツ たら しょうゆ わかめ 玉葱 昆布 塩	スタミナ丼風がゆ スープ	おかゆ かぼちゃのとうとう (米 かぼちゃ)
	午後 かぼちゃがゆ/しらすとキャベツの煮物	米 かぼちゃ/しらす キャベツ しょうゆ	かぼちゃがゆ/しらすとキャベツの煮物	
25 月	午前 おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 スープ	米 じゃが芋 鶏ひき肉 しょうゆ チンゲン菜 人参 昆布 しょうゆ	おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 スープ	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	午後 おかゆ/ツナと野菜のうま煮	米/ツナ 人参 チンゲン菜 塩	おかゆ/ツナと野菜のうま煮	
26 火	午前 おかゆ 鮭の照り焼き スティック人参 すまし汁	米 鮭 しょうゆ 砂糖 人参 だし えのき 小松菜 だし しょうゆ	おかゆ 鮭の照り焼き つぶし人参 すまし汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/豆腐のおかか煮	米/豆腐 かつお節 しょうゆ	おかゆ/豆腐のおかか煮	
27 水	午前 おかゆ キャベツと鶏肉のみそ煮 スープ	米 キャベツ 鶏ひき肉 みそ だし 人参 たら 昆布 しょうゆ	おかゆ キャベツと鶏肉のみそ煮 スープ	おかゆ キャベツのとうとう (米 キャベツ)
	午後 人参がゆ/かぼちゃの煮物	米 人参/かぼちゃ しょうゆ 砂糖	人参がゆ/かぼちゃの煮物	
28 木	午前 おかゆ ささみと野菜の煮物 みそ汁	米 ささみ 人参 しょうゆ えのき キャベツ だし みそ	おかゆ ささみと野菜の煮物 みそ汁	おかゆ 人参のとうとう (米 人参)
	午後 おかゆ/ツナと野菜の和風煮	米/ツナ 人参 キャベツ しょうゆ	おかゆ/ツナと野菜の和風煮	
29 金	午前 おかゆ 鮭と野菜の煮物 スープ	米 鮭 人参 玉葱 しょうゆ キャベツ 玉葱 昆布 しょうゆ	おかゆ 鮭と野菜の煮物 スープ	おかゆ じゃが芋のとうとう (米 じゃが芋)
	午後 おかゆ/じゃが芋のコーン煮	米/じゃが芋 コーン	おかゆ/じゃが芋のコーン煮	
30 土	午前 ブルコギ丼風がゆ スープ	米 鶏ひき肉 玉葱 ピーマン しめじ しょうゆ 人参 玉葱 昆布 塩	ブルコギ丼風がゆ スープ	おかゆ 玉ねぎのとうとう (米 玉ねぎ)
	午後 しらすがゆ/豆腐と野菜の煮物	米 しらす/豆腐 人参 玉葱 しょうゆ	しらすがゆ/豆腐と野菜の煮物	

※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。

