

献立表



2019年05月

大谷園林保育園

日付	時間帯	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期	離乳食移行期
5月7日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月21日 (火)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・さつまいも 煮魚 たまねぎのみそ汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・さつまいも 煮魚 たまねぎのみそ汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・さつまいも 煮魚 たまねぎのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:さつまいも 野菜マッシュ:にんじん
	午後おやつ	ミルク あかちゃんせんべい	ミルク	ミルク	ミルク
5月8日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月22日 (水)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・きゃべつ・きゅうり ささみのあんかけ きゃべつのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・きゃべつ・きゅうり ささみのあんかけ きゃべつのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・きゃべつ・きゅうり ささみのあんかけ きゃべつのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:きゃべつ 野菜マッシュ:きゅうり
	午後おやつ	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
5月9日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月23日 (木)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ちんげんさい 煮魚 たまねぎのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ちんげんさい 煮魚 たまねぎのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ちんげんさい 煮魚 たまねぎのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:チンゲンサイ 野菜マッシュ:にんじん
	午後おやつ	ミルク きな粉パン粥	ミルク	ミルク	ミルク
5月10日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月24日 (金)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・きゅうり・きゃべつ 牛肉のあんかけ わかめのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・きゅうり・きゃべつ ささみのあんかけ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・きゅうり・きゃべつ ささみのあんかけ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:きゃべつ 野菜マッシュ:きゅうり
	午後おやつ	ミルク わかめおじや	ミルク	ミルク	ミルク
5月11日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月25日 (土)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・ブロッコリー・きゃべつ 凍り豆腐の昆布煮 麩の味噌汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・ブロッコリー・きゃべつ 凍り豆腐の昆布煮 麩のすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・ブロッコリー・きゃべつ 凍り豆腐の昆布煮 麩のすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:ブロッコリー 野菜マッシュ:にんじん
	午後おやつ	ミルク パン粥(きな粉)	ミルク	ミルク	ミルク
5月13日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月27日 (月)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・じゃがいも・だいこん ささみのあんかけ わかめのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・じゃがいも・だいこん ささみのあんかけ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・じゃがいも・だいこん ささみのあんかけ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:だいこん
	午後おやつ	ミルク あかちゃんせんべい	ミルク	ミルク	ミルク
5月14日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月28日 (火)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・はくさい・だいこん 蒸し魚 だいこんの味噌汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・はくさい・だいこん 蒸し魚 だいこんのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・はくさい・だいこん 蒸し魚 だいこんのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:だいこん
	午後おやつ	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
5月15日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月29日 (水)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ゆで刻み納豆 わかめのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう 豆腐の昆布煮 わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう 豆腐の昆布煮 わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:ほうれんそう
	午後おやつ	ミルク きな粉マカロニ(無糖)	ミルク	ミルク	ミルク
5月16日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月30日 (木)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ 豚肉のあんかけ はくさいのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ 凍り豆腐の昆布煮 はくさいのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ 凍り豆腐の昆布煮 はくさいのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:きゃべつ
	午後おやつ	ミルク パン粥(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
5月17日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月31日 (金)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・こまつな・じゃがいも ささみのあんかけ たまねぎの味噌汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・こまつな・じゃがいも ささみのあんかけ たまねぎのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・こまつな・じゃがいも ささみのあんかけ たまねぎのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:じゃがいも 野菜マッシュ:こまつな
	午後おやつ	ミルク バナナヨーグルト(無糖)	ミルク	ミルク	ミルク
5月18日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月18日 (土)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう 牛肉のあんかけ はくさいのすまし汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ささみのあんかけ はくさいのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・ほうれんそう ささみのあんかけ はくさいのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:ほうれんそう
	午後おやつ	ミルク パン粥(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク
5月20日	午前おやつ	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
5月20日 (月)	昼食	全粥~軟飯(5倍粥~堅粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ 豚肉のあんかけ わかめの味噌汁	全粥~軟飯(7倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 蒸し野菜 にんじん・たまねぎ・きゃべつ わかめのすまし汁	つぶし粥(10倍粥) 野菜マッシュ:にんじん 野菜マッシュ:たまねぎ
	午後おやつ	ミルク 蒸しパン(ミルク)	ミルク	ミルク	ミルク

★7.8ヶ月頃(中期)までの出汁は昆布でとります。

★献立の材料は天候などにより、やむを得ず変更することがありますのでご了承ください。

★【食材一覧表】を見て、まだ食べたことがない食材がありましたらお知らせください。

★5.6か月頃の離乳食について
なめらかにすりつぶした状態で子どもの様子をみながら進めます。
作る際の量は記載してある材料で、野菜は合計20g程度・豆腐25g・(凍豆腐3g)又は白身魚10g程度・粉ミルク7g・うどん30gなどを使用していきます。不明な点はお尋ねください。

