

2025年

5月

離乳食献立表

	初期(ごっくん期)	中期(もぐもぐ期)	後期(かみかみ期)	完了期
	5~6ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	12~18ヶ月
日 曜	10倍粥・ミルク	7倍粥・ミルク	5倍粥	軟飯
1 木	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・もやし・玉ねぎ柔らかか煮 人参スティック 豆腐・チンゲン菜・人参のスープ	カレービーフン 人参スティック 豆腐のとろみスープ(干し椎茸抜き)
2 金	小松菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・小松菜すりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・じゃが芋・三度豆柔らかか煮 人参スティック わかめ・小松菜・玉ねぎの味噌汁	鶏じゃが(こんにやく抜き) 人参スティック 小松菜と玉ねぎの味噌汁
7 水	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚ミンチ・玉ねぎ・人参・三度豆芋柔らかか煮 じゃが芋スティック 千切り大根・人参のスープ	厚揚げと野菜のそぼろ煮(干し椎茸・にんにく・生姜抜き) じゃが芋スティック 千切り大根の澄まし汁(干し椎茸抜き)
8 木	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	白身魚の煮付け キャベツ・人参・玉ねぎ柔らかか煮 えのき・玉ねぎの味噌汁	赤魚の煮付け(生姜抜き) キャベツときゅうりのおかか和え えのきと油揚げの味噌汁
9 金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	ささみ・キャベツ・玉ねぎ・人参柔らかか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	チキンカレー じゃが芋スティック フレンチドレッシングサラダ(ハム抜き)
12 月	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・ひじき・キャベツ・人参・きゅうり柔らかか煮 人参スティック 玉ねぎ・人参・椎茸のスープ	親子汁(蒲鉾抜き) 人参スティック キャベツのごま酢和え
13 火	ほうれん草ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・ほうれん草すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	牛肉・人参・ほうれん草・ピーマン柔らかか煮 人参スティック 人参・玉ねぎ・れんこん・じゃが芋のスープ	チャプチェ(にんにく抜き) 人参スティック 根菜のカレースープ(ベーコン抜き)
14 水	豆腐ペースト 玉ねぎペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・人参すりつぶし 玉ねぎすりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け 人参・玉ねぎ・えのき・ほうれん草柔らかか煮 わかめ・椎茸のスープ	豆ご飯 鮭の味噌マヨネーズ焼き 白和え(こんにやく抜き) はんぺんの澄まし汁(はんぺん抜き)
15 木	キャベツペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし じゃが芋マッシュ 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・キャベツ・人参・ピーマン柔らかか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・じゃが芋の味噌汁	焼きそば じゃが芋スティック じゃが芋と玉ねぎの味噌汁
16 金	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚ミンチ・玉ねぎ・人参・じゃが芋柔らかか煮 人参スティック ツナ・レタス・玉ねぎ・人参のスープ	麻婆豆腐(生姜・にんにく抜き) 人参スティック レタススープ(干し椎茸抜き)
19 月	キャベツペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・キャベツすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・人参・じゃが芋・キャベツ柔らかか煮 人参スティック 玉ねぎ・キャベツの味噌汁	高野豆腐ふわふわ煮(干し椎茸抜き) 人参スティック キャベツと玉ねぎの味噌汁
20 火	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・じゃが芋柔らかか煮 じゃが芋スティック もやし・人参・玉ねぎのスープ	ポークビーンズ じゃが芋スティック 春雨スープ(ベーコン・干し椎茸抜き)
21 水	チンゲン菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け 人参・きゅうり・キャベツ・スパゲティ柔らかか煮 クリームコーン缶・人参・チンゲン菜のスープ	白身魚の甘酢あんかけ スパゲティサラダ(ハム抜き) 中華風コーンスープ
22 木	玉ねぎペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・人参・れんこん・ごぼう・三度豆柔らかか煮 人参スティック わかめ・玉ねぎのスープ	筑前煮(竹の子・干し椎茸・こんにやく抜き) 人参スティック かきたま汁(蒲鉾抜き)
23 金	豆腐ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	豆腐・玉ねぎすりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	豚肉・人参・ピーマン・もやし・じゃが芋柔らかか煮 人参スティック 豆腐・人参・玉ねぎのスープ	豚肉とじゃが芋の炒め物(竹の子抜き) 人参スティック 豆腐とニラのスープ
26 月	チンゲン菜ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・チンゲン菜すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	ささみ・玉ねぎ・トマト缶・人参柔らかか煮 人参スティック チンゲン菜・玉ねぎ・コーンのスープ	トマトとツナのスパゲティ(にんにく・生姜抜き) 人参スティック チンゲン菜とベーコンのスープ(ベーコン抜き)
27 火	かぼちゃペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・かぼちゃすりつぶし 人参すりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	豚肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・ピーマン柔らかか煮 人参スティック わかめ・かぼちゃ・玉ねぎの味噌汁	豚の生姜焼き(生姜抜き) 人参スティック かぼちゃの味噌汁
28 水	ほうれん草ペースト 人参ペースト 昆布だしと野菜スープ	白身魚・ほうれん草すりつぶし 人参すりつぶし 鰹だしと野菜スープ	白身魚の煮付け もやし・人参・キャベツ柔らかか煮 わかめ・えのき・ほうれん草・人参のスープ	鯖の塩焼き ネバネバ和え ほうれん草の澄まし汁
29 木	人参ペースト キャベツペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし キャベツすりつぶし 煮干しだしと野菜スープ	ささみ・人参柔らかか煮 もやし・キャベツ・きゅうり柔らかか煮 わかめ・もやし・玉ねぎの味噌汁	鶏肝のしぐれ煮(生姜抜き) 豆苗の中華風サラダ(ハム抜き) もやしの味噌汁
30 金	人参ペースト じゃが芋ペースト 昆布だしと野菜スープ	ささみ・人参すりつぶし じゃが芋マッシュ 鰹だしと野菜スープ	豚肉・ごぼう・玉ねぎ・人参・コーン柔らかか煮 じゃが芋スティック 玉ねぎ・人参のスープ	ポークカレー じゃが芋スティック れんこん入りごぼうサラダ

☆月齢は目安です。お子様の離乳食の進み具合に合わせて担任とご相談下さい。

☆食材は、予定ですので一部変更することがあります。

☆完了食のハム・ベーコンはツナに変わります。

☆完了食については普通献立表を参考に見比べて下さい。

☆完了食で軟飯のお子様には行事献立の味つけご飯は提供していません。