



2024年 5月 離乳食献立表



社会福祉法人 都島友の会
都島乳児保育センター



日曜日	離乳 後期食			離乳 中期食	
	間食(朝)	昼食	材料	昼食	材料
1	ハイハイ	軟飯 おからハンバーグ マカロニサラダ スープ	おから 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 ごはん かたくり粉 じゃが芋 パン粉 マカロニ マヨレ 砂糖 キャベツ きゅうり たら 玉ねぎ 人参 青ねぎ 太もやし スイートコーン	キャベツ粥 じゃが芋の煮物 豆腐スープ	絹ごし豆腐 じゃが芋 全がゆ キャベツ きゅうり グリンピース 玉ねぎ 人参
2	ハイハイ	えんどう豆ご飯 かわいいのみそ焼き 大根のおかか煮 みそ汁	うすあげ えんどう からすがれい 花かつお ごはん 砂糖 えのきたけ きぬさや なす 人参 青ねぎ 大根	えんどう豆粥 かわいいの蒸し焼き すまし汁	えんどう からすがれい 全がゆ なす 玉ねぎ 人参 大根
3	金	憲法記念日			
4	土	みどりの日			
6	月	振替休日			
7	火	ハイハイ トマトライス パンプキンサラダ りんご	牛ミンチ かたくり粉 ごはん マヨレ 砂糖 きゅうり グリンピース トマト りんご 玉ねぎ 人参 南瓜	トマトリゾット 南瓜の甘煮 りんご	全がゆ グリンピース トマト りんご 玉ねぎ 人参 南瓜
8	水	ハイハイ 軟飯 鶏肉の野菜あんかけ 青菜の和え物 かきたま汁	鶏肉 卵 ごはん かたくり粉 砂糖 えのきたけ ピーマン 黄ピーマン 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ	全粥 かわいいの野菜あんかけ すまし汁	からすがれい 全がゆ かたくり粉 玉ねぎ 小松菜 人参
9	木	ハイハイ 焼きうどん ひじき大豆煮 みそ汁 オレンジ	あおのり うすあげ ひじき 花かつお 大豆水煮 豚ミンチ うどん 砂糖 いんげん キャベツ オレンジ ほんしめじ 玉ねぎ 人参 青ねぎ	かやくうどん 豆腐の磯煮 オレンジ	あおのり 花かつお 絹ごし豆腐 うどん キャベツ オレンジ 玉ねぎ 人参
10	金	ハイハイ 軟飯 かわいいの塩焼き ほうれん草のゆば和え 豚汁	からすがれい 湯葉 豚ミンチ ごはん 砂糖 里芋 そらまめ ほうれん草 玉ねぎ 人参 青ねぎ	全粥 かわいいの煮付け 具だくさん汁	からすがれい 全がゆ ほうれん草 玉ねぎ 人参 南瓜
11	土	ハイハイ 他人丼 青梗菜の和え物 みそ汁	うすあげ 牛ミンチ 卵 かたくり粉 ごはん 砂糖 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根	わかめおじや チンゲン菜の和え物 すまし汁	カットわかめ 全がゆ チンゲン菜 玉ねぎ 人参 大根
13	月	ハイハイ 軟飯 豚じゃが かわいい漬焼き みそ汁	からすがれい 豚ミンチ ごはん じゃが芋 砂糖 えのきたけ グリンピース ほうれん草 玉ねぎ 人参	ほうれん草粥 かわいいの煮付け じゃが芋の煮物	からすがれい 人参 全がゆ グリンピース ほうれん草 玉ねぎ じゃが芋
14	火	ハイハイ ミートスパゲティ 蒸しおぼろとスナックエンドウのデュー 白菜のスープ パナナ	合挽ミンチ スパゲティ バター マヨレ 砂糖 小麦粉 スナックえんどう パナナ ピーマン 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜 白菜	野菜うどん 南瓜の甘煮 パナナ	うどん パナナ 玉ねぎ 人参 南瓜 白菜
15	水	ハイハイ チャーハン キャベツの和え物 スープ	豚ミンチ ごはん 砂糖 キャベツ きゅうり 玉ねぎ 小松菜 人参 青ねぎ スイートコーン	小松菜粥 キャベツの和え物 スープ	全がゆ キャベツ きゅうり 玉ねぎ 小松菜 人参
16	木	ハイハイ ふりかけご飯 バーベキュー風チキン サラダ 春雨スープ	花かつお 鶏肉 ごはん はるさめ マヨレ 砂糖 アスパラガス しろ菜 きゅうり トマト ブロッコリー レタス 人参 青ねぎ スイートコーン	ブロッコリー粥 胡瓜の和え物 すまし汁	全がゆ しろ菜 きゅうり 人参 トマト ブロッコリー
17	金	ハイハイ ロールパン ツナオムレツ キャロットサラダ ミルクスープ	スキムミルク ツナフレーク 鶏ミンチ 卵 マヨレ ロールパン 砂糖 きゅうり ほうれん草 ほんしめじ 玉ねぎ 人参 スイートコーン	全粥 かわいいの青菜あんかけ 具だくさん汁	からすがれい 全がゆ かたくり粉 じゃが芋 きゅうり ほうれん草 玉ねぎ 人参
18	土	ハイハイ 焼きそば ほうれん草の炒め物 オレンジ	あおのり 花かつお 豚ミンチ バター 砂糖 中華めん キャベツ オレンジ ほうれん草 玉ねぎ 人参 スイートコーン	煮込みうどん ほうれん草の和え物 オレンジ	うどん キャベツ オレンジ ほうれん草 玉ねぎ 人参
20	月	ハイハイ ハヤシライス ブロッコリーサラダ フルーツヨーグルト	ヨーグルト 牛ミンチ かたくり粉 ごはん じゃが芋 マヨレ 砂糖 カリフラワー きゅうり グリンピース パナナ ブロッコリー りんご 玉ねぎ 人参	ハヤシライス ブロッコリースープ パナナ	かたくり粉 じゃが芋 全がゆ カリフラワー グリンピース パナナ ブロッコリー りんご 玉ねぎ 人参
21	火	ハイハイ 軟飯 白身魚の竜田焼き トマトサラダ すまし汁	カットわかめ からすがれい 絹ごし豆腐 ごはん かたくり粉 砂糖 いんげん きゅうり トマト レタス 小松菜 人参	わかめ粥 かわいいのトマト煮 すまし汁	カットわかめ からすがれい 全がゆ きゅうり トマト 玉ねぎ 小松菜 人参
22	水	ハイハイ きつねうどん 牛肉と南瓜の炒め物 りんご	うすあげ 牛ミンチ うどん 砂糖 りんご 玉ねぎ 人参 青ねぎ 南瓜	かぼちゃうどん 豆腐の磯煮 りんご	あおのり 絹ごし豆腐 うどん りんご 玉ねぎ 人参 南瓜
23	木	ハイハイ 軟飯 豆腐と鶏の炒め物 胡瓜の和え物 具だくさん汁	鶏ミンチ 絹ごし豆腐 ごはん かたくり粉 さつま芋 砂糖 きゅうり チンゲン菜 なす 玉ねぎ 人参 青ねぎ	さつま芋粥 豆腐の炒め物 茄子のしらす和え	ちりめんじゃこ 絹ごし豆腐 かたくり粉 なす さつま芋 全がゆ チンゲン菜 玉ねぎ 人参
24	金	ハイハイ ピビンバ 肉団子 大根スープ	牛ミンチ 豚ミンチ 卵 かたくり粉 ごはん 砂糖 たら ほうれん草 玉ねぎ 人参 太もやし 大根	全粥 野菜の煮物 大根スープ	全がゆ ほうれん草 人参 大根 玉ねぎ
25	土	ハイハイ 中華丼 もやしサラダ 豆腐スープ	カットわかめ 絹ごし豆腐 豚ミンチ かたくり粉 ごはん 砂糖 きゅうり チンゲン菜 レタス 玉ねぎ 人参 青ねぎ 太もやし 白菜	雑炊 おかか和え 豆腐スープ	カットわかめ 花かつお 絹ごし豆腐 全がゆ きゅうり チンゲン菜 玉ねぎ 人参 白菜
27	月	ハイハイ 軟飯 筑前煮 チンゲン菜の和え物 みそ汁	鶏ミンチ ごはん おつゆ麩 砂糖 グリンピース チンゲン菜 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根	おじや チンゲン菜の和え物 すまし汁	おつゆ麩 全がゆ 大根 チンゲン菜 玉ねぎ 人参 グリンピース
28	火	ハイハイ 軟飯 豆腐の磯焼き ほうれん草のお浸し みそ汁	あおのり うすあげ 絹ごし豆腐 ごはん じゃが芋 砂糖 小麦粉 ほうれん草 人参 青ねぎ 太もやし	ほうれん草粥 豆腐の磯煮 じゃが芋団子	あおのり 絹ごし豆腐 じゃが芋 全がゆ ほうれん草 玉ねぎ 人参
29	水	ハイハイ 軟飯 赤魚の煮付け 胡瓜の和え物 けんちん汁	カットわかめ 鶏ミンチ 絹ごし豆腐 赤魚 ごはん 砂糖 里芋 しろ菜 きゅうり 人参 青ねぎ 大根	さといも粥 かわいいの煮付け 具だくさん汁	カットわかめ からすがれい 絹ごし豆腐 全がゆ 里芋 しろ菜 きゅうり 人参 大根
30	木	ハイハイ 焼きそば オクラの和え物 すまし汁 りんご	あおのり 花かつお 湯葉 豚ミンチ 砂糖 中華めん オクラ キャベツ りんご 玉ねぎ 人参 青ねぎ 大根 白菜	野菜うどん オクラの和え物 りんご	花かつお うどん オクラ キャベツ りんご 玉ねぎ 人参 大根 白菜
31	金	ハイハイ 軟飯 豚肉の甘辛煮 高野豆腐の煮物 みそ汁	高野豆腐 豚ミンチ ごはん 砂糖 いんげん エリンギ しろ菜 ピーマン ほんしめじ 黄ピーマン 玉ねぎ 人参	全粥 野菜の炒め煮 豆腐の煮物	絹ごし豆腐 全がゆ しろ菜 玉ねぎ 人参

※朝のおやつはハイハイ(プレーン/緑黄色野菜)・ベビーせんべいを提供します。



ジャパンメディカルフード
栄養士 作成

