# 2025年5月　離乳食献立表

白岡みちのこ保育園

| | | 完了食 | 後期食 | 中期食 |
|---|---|---|---|---|
| 01(木) | 昼食 | 御飯<br>豚肉とキャベツの味噌炒め<br>大根のおかか和え<br>すまし汁 | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(豚肉キャベツ・人参・玉ねぎ)<br>野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参)<br>スープ(豆腐・人参) | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ)<br>野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参)<br>スープ(豆腐・人参) |
| | 午後 | 五平餅<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 02(金) | 昼食 | チキンピラフ<br>ナゲット(豆腐)<br>小松菜のソテー<br>みそ汁 | 軟飯(人参)<br>ナゲット(鶏ひき肉・豆腐玉ねぎ・人参)にんにく・ソース抜き<br>野菜の軟煮(小松菜・人参・玉ねぎ)<br>スープ(じゃがいも・人参) | 全粥(人参)<br>ナゲット(鶏ひき肉・豆腐玉ねぎ・人参)にんにく・ソース抜き<br>野菜の軟煮(小松菜・人参・玉ねぎ)<br>スープ(じゃがいも・人参) |
| | 午後 | こいのぼりケーキ(ココア抜き)<br>牛乳 | こいのぼりケーキ(ココア抜き)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 07(水) | 昼食 | 麻婆ラーメン<br>もやしのナムル<br>中華スープ | 煮うどん(豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>スティック野菜(きゅうり・人参)<br>スープ(キャベツ・人参) | 煮うどん(豆腐・玉ねぎ・人参)<br>スティック野菜(きゅうり・人参)<br>スープ(キャベツ・人参) |
| | 午後 | おにぎり(菜飯)<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 08(木) | 昼食 | 御飯<br>タラと野菜のみそ焼き<br>れんこんのきんぴら<br>みそ汁 | 軟飯<br>たらの野菜煮(玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(人参・小松菜)<br>スープ(じゃが芋・たまねぎ) | 全粥<br>かれいの野菜煮(玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(人参・小松菜)<br>スープ(じゃが芋・たまねぎ) |
| | 午後 | 焼きチュロス<br>牛乳 | 焼きチュロス<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 09(金) | 昼食 | 御飯<br>豚肉の香味焼き<br>納豆あえ<br>かき玉汁 | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(小松菜・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(小松菜・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | フレンチトースト(食パン)<br>牛乳 | フレンチトースト(食パン)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 10(土) | 昼食 | 野菜そぼろあんかけ丼<br>中華スープ<br>バナナ | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(豚ひき肉・小松菜・玉ねぎ・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参)<br>バナナ | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・小松菜・玉ねぎ・人参)<br>スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | おにぎり(わかめ)<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 12(月) | 昼食 | 御飯<br>鶏かつ(卵なし)<br>もやしの塩こんぶサラダ<br>みそ汁 | 軟飯<br>鶏かつ(卵なし)<br>野菜の軟煮(ツナ・きゅうり・人参)<br>スープ(大根・人参) | 全粥<br>鶏のそぼろ煮<br>野菜の軟煮(ツナ・きゅうり・人参)<br>スープ(大根・人参) |
| | 午後 | マカロニのみたらし風<br>牛乳 | マカロニのみたらし風<br>麦茶 | マカロニの軟煮<br>麦茶 |
| 13(火) | 昼食 | 食パン<br>チリコンカン<br>コブサラダ風<br>さつまいもポタージュ | 食パン<br>豚肉の炒め煮(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも)<br>野菜の軟煮(キャベツ・ブロッコリー・人参)<br>スープ(さつまいも・玉ねぎ) | パン粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも)<br>野菜の軟煮(キャベツ・ブロッコリー・人参)<br>スープ(さつまいも・玉ねぎ) |
| | 午後 | ビビンバおにぎり<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 14(水) | 昼食 | 御飯<br>豆腐と鶏肉の中華煮<br>もやしとツナのサラダ<br>わかめスープ | 軟飯<br>鶏肉の炒め煮(鶏肉・豆腐・小松菜)<br>野菜の軟煮(きゅうり・人参・ツナ)<br>スープ(キャベツ・人参) | 全粥<br>豆腐と野菜の軟煮(豆腐・小松菜)<br>野菜の軟煮(きゅうり・人参・ツナ)<br>スープ(キャベツ・人参) |
| | 午後 | ホットケーキ<br>牛乳 | ホットケーキ<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 15(木) | 昼食 | 御飯<br>さばのおろし焼き<br>豆腐とひじきの炒め煮<br>みそ汁 | 軟飯<br>かれいの照り焼き<br>豆腐の軟煮(人参・豆腐)<br>スープ(人参・じゃがいも) | 全粥<br>かれいのとろとろ煮<br>豆腐の軟煮(人参・豆腐)<br>スープ(人参・じゃがいも) |
| | 午後 | ポンデケージョ<br>牛乳 | ホットケーキ<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 16(金) | 昼食 | ドライカレーライス<br>キャベツとごぼうのサラダ<br>野菜スープ(鶏ガラ) | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(豚肉・玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり)<br>スープ(かぶ・かぶの葉) | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり)<br>スープ(かぶ・かぶの葉) |
| | 午後 | 大学トースト<br>牛乳 | トースト<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 17(土) | 昼食 | スタミナ丼(オイスターソース抜き)<br>わかめスープ(たまねぎ)<br>フルーツヨーグルト | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参)<br>バナナ | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | ゆかりおにぎり<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |

| | | 完了食 | 後期食 | 中期食 |
|---|---|---|---|---|
| 19(月) | 昼食 | ニラ玉そぼろ丼(オイスターソース抜き)<br>みそ汁(キャベツ)<br>バナナ | 軟飯<br>豚肉と卵の炒め煮(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・卵)<br>スープ(キャベツ・人参)<br>バナナ | 全粥<br>豆腐と野菜の軟煮(豆腐・玉ねぎ・人参)<br>スープ(キャベツ・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | きな粉ポテト<br>牛乳 | きな粉ポテト<br>麦茶 | さつまいもの軟煮<br>麦茶 |
| 20(火) | 昼食 | 御飯<br>鶏肉のパン粉焼き(パセリ抜き)<br>おから入りポテトサラダ<br>コンソメスープ(だいこん) | 軟飯<br>鶏肉のパン粉焼き(パセリ抜き)<br>野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり)<br>スープ(大根・人参) | 全粥<br>豆腐と野菜の軟煮(人参)<br>野菜の軟煮(じゃがいも・人参・きゅうり)<br>スープ(大根・人参) |
| | 午後 | パウンドケーキ<br>牛乳 | パウンドケーキ<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 21(水) | 昼食 | あんかけ焼きそば<br>みそ汁<br>フルーツヨーグルト | あんかけ焼きそば(豚ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>スープ(小松菜・人参)<br>バナナ | やわらかうどん(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>スープ(小松菜・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | おにぎり(塩昆布とおかか)<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 22(木) | 昼食 | 御飯<br>さわらのごま照り焼き<br>大根とちくわの煮物(こんにゃく)<br>みそ汁 | 軟飯<br>かれいの照り焼き<br>野菜の軟煮(大根・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) | 全粥<br>かれいのとろとろ煮<br>野菜の軟煮(大根・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | ちんすこう(ココア抜き)<br>牛乳 | ちんすこう(ココア抜き)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 23(金) | 昼食 | あけぼのご飯(にんじん)<br>豚肉の生姜焼き<br>もやしの磯和え<br>みそ汁 | あけぼのご飯(にんじん)(軟飯)<br>豚肉の炒め煮(豚肉・玉ねぎ・キャベツ)<br>野菜スティック(人参・きゅうり)<br>スープ(玉ねぎ・人参) | 全粥(人参)<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ)<br>野菜の軟煮(大根・人参・きゅうり)<br>スープ(玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | ちぢみ<br>牛乳 | ちぢみ(にら・お酢抜き)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 24(土) | 昼食 | カレーライス<br>コンソメスープ<br>ぶどうゼリー | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(じゃがいも・玉ねぎ・人参)<br>スープ(大根・人参)<br>バナナ | 全粥<br>豆腐と野菜の軟煮(豆腐・じゃがいも・玉ねぎ・人参)<br>スープ(大根・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | バナナパンケーキ<br>牛乳 | バナナパンケーキ<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 26(月) | 昼食 | 御飯<br>かれいの照り焼き<br>きのこの醤油炒め<br>野菜スープ　オレンジ | 軟飯<br>かれいの照り焼き<br>野菜の軟煮(人参・キャベツ)<br>スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)<br>バナナ | 全粥<br>かれいのとろとろ煮<br>野菜の軟煮(人参・キャベツ)<br>スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | パン粉クッキー<br>牛乳 | パン粉クッキー(干しぶどう)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 27(火) | 昼食 | 食パン<br>タンドリーチキン<br>大根のフレンチサラダ<br>コンソメスープ | 食パン<br>鶏の照り焼き<br>野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参)<br>スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) | パン粥<br>鶏のそぼろ煮(鶏ひき肉)<br>野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参)<br>スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | 鶏ひじきおにぎり<br>牛乳 | 軟飯(人参)<br>麦茶 | 全粥(人参)<br>麦茶 |
| 28(水) | 昼食 | 御飯<br>ミートボール(甘酢あん)<br>キャベツの胡麻マヨネーズ炒め<br>みそ汁 | 軟飯<br>ミートボール(豚ひき肉・玉ねぎ・豆腐)<br>野菜の軟煮(キャベツ・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) | 全粥<br>豆腐の野菜煮(玉ねぎ・豆腐)<br>野菜の軟煮(キャベツ・人参)<br>スープ(玉ねぎ・人参) |
| | 午後 | 桃ケーキ<br>牛乳 | ホットケーキ<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 29(木) | 昼食 | 御飯<br>ビビンバ炒め<br>春雨サラダ<br>豆腐スープ | 軟飯<br>豚肉の炒め煮(豚肉・ほうれん草)<br>野菜の軟煮(きゅうり・人参)<br>スープ(豆腐・人参) | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・ほうれん草)<br>野菜の軟煮(きゅうり・人参)<br>スープ(豆腐・人参) |
| | 午後 | ラスク(あおのり)<br>牛乳 | ラスク(あおのり)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |
| 30(金) | 昼食 | 御飯<br>鶏肉の甘辛炒め<br>小松菜とえのきのお浸し<br>みそ汁 | 軟飯<br>鶏肉の炒め煮(鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参)<br>野菜の軟煮(小松菜・人参)<br>スープ(大根・玉ねぎ) | 全粥<br>鶏そぼろの野菜煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・かぼちゃ・人参)<br>野菜の軟煮(小松菜・人参)<br>スープ(大根・玉ねぎ) |
| | 午後 | 芋もち(じゃがいも・さつまいも)<br>牛乳 | 芋もち(じゃがいも・さつまいも)<br>麦茶 | じゃがいもとさつまいもの軟煮<br>麦茶 |
| 31(土) | 昼食 | ミートスパゲティー<br>コンソメスープ<br>バナナ | やわらかスパゲッティ(豚ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>スープ(じゃがいも・人参)<br>バナナ | やわらかスパゲッティ(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参)<br>スープ(じゃがいも・人参)<br>バナナ |
| | 午後 | いちごジャムパン<br>牛乳 | いちごジャムパン(ジャム抜き)<br>麦茶 | パン粥<br>麦茶 |

※野菜スティックが毎日つきます

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉です。