



5月


 保育園離乳食献立表
 

所沢市立保育園 2024年

日(曜)	7・8ヶ月頃		9・10・11ヶ月頃		12~18ヶ月頃	
	午前	午後	午前	午後	午前	午後
1日(水)	粥 ふわふわ肉団子 人参といんげん のやわらか煮 かぶのすまし汁	ミルクパン粥 ミネストローネ 煮ブルー	粥 肉団子の甘辛煮 人参・いんげんスティック かぶのみそ汁	蒸しパン ミネストローネ 煮ブルー	軟飯 ハンバーグ いんげんとコーンの和え物 かぶと油揚げのみそ汁	蒸しパン ミネストローネ ブルー 牛乳
2日(木)	粥 大根のそぼろ煮 キャベツのおひたし 豆腐のすまし汁	きなこ粥 スナッフエンドウの やわらか煮 かぼちゃのすまし汁	粥 大根のそぼろ煮 キャベツのおひたし 豆腐のみそ汁	きなこ粥 ゆでスナッフエンドウ かぼちゃのみそ汁	軟飯 大根のそぼろ煮 おから キャベツと玉ねぎのみそ汁	きざつねずし スナッフエンドウ おから かぼちゃのみそ汁 牛乳
7日(火)	粥 クリーム煮 ブロッコリーのやわらか煮 わかめスープ	ゆでさつまいも ビーフンスープ 人参のチーズ煮	粥 クリーム煮 青ゆでブロッコリー わかめスープ	ゆでさつまいも ビーフンスープ 人参のチーズ煮	ミルクチキンカレー ブロッコリーとハムのサラダ わかめスープ	ゆでさつまいも ビーフンスープ 人参のチーズ煮 牛乳
8日(水)	粥 ラタトゥイユ きゅうりのしらす煮 豆腐とわかめのすまし汁	そぼろ粥 キャベツと玉ねぎの すまし汁 ほくしオレンジ	粥 ラタトゥイユ きゅうりのしらすあえ 豆腐とわかめのみそ汁	そぼろ粥 キャベツと玉ねぎのみそ汁 オレンジ	軟飯 白酢豚 きゅうりのしらすあえ 豆腐のみそ汁	そぼろおにぎり キャベツと玉ねぎのみそ汁 オレンジ 牛乳
9日(木)	粥 鮭とキャベツのくす煮 ゆでじゃが なすと玉ねぎのすまし汁	パン粥 じゃがいもポターージュ つぶしバナナ	粥 鮭とキャベツの煮つけ 粉ふきいも なすと玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト じゃがいもポターージュ バナナ	軟飯 鮭の塩焼き キャベツサラダ 粉ふきいも なすと玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト じゃがいもポターージュ バナナ 牛乳
10日(金)	粥 鶏肉と春雨の煮物 小松菜のおひたし 玉ねぎと麩のすまし汁	ミルクパン粥 小松菜と玉ねぎのスープ じゃがいものチーズ煮	粥 豚肉と春雨の煮物 小松菜のおかかあえ 玉ねぎと麩のみそ汁	ホットケーキ 小松菜と玉ねぎのスープ じゃがいものチーズ煮	軟飯 豚肉とごぼうのすき焼き風煮 小松菜のおひたし もやしと麩のみそ汁	ホットビスケット 小松菜と玉ねぎのスープ じゃがいものチーズ煮 牛乳
11日(土)	煮込みうどん スナッフエンドウと 玉ねぎのスープ プレーンヨーグルト	パン粥 かぼちゃのミルクスープ ほくしオレンジ	焼きうどん スナッフエンドウと 玉ねぎのスープ プレーンヨーグルト	ねじりパントースト かぼちゃのミルクスープ オレンジ	焼きそば スナッフエンドウと 玉ねぎのスープ プレーンヨーグルト	ねじりパン かぼちゃのミルクスープ オレンジ 牛乳
13日(月)	粥 高野豆腐ふわふわ煮 チンゲン菜の煮びたし 大根とわかめのすまし汁	きなこパン粥 鶏とチンゲン菜のスープ つぶしバナナ	粥 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のおひたし 大根とわかめのみそ汁	きなこトースト 鶏とチンゲン菜のスープ バナナ	軟飯 高野豆腐の煮物 チンゲン菜のえのきあえ もやしとにらのみそ汁	高野豆腐の煮物 チンゲン菜のスープ バナナ 牛乳
14日(火)	粥 鶏肉と野菜のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	煮込みうどん さつまいもの茶巾	粥 豚肉と野菜の炒め物 ブロッコリーのごまあえ 小松菜と玉ねぎのみそ汁	煮込みうどん さつまいもの茶巾	軟飯 豚肉と野菜の炒め物 ブロッコリーのごまあえ 小松菜と玉ねぎのみそ汁	煮込みうどん さつまいもの茶巾 牛乳
15日(水)	粥 かぼちゃのそぼろ煮 アスパラのおかかあえ わかめと麩のすまし汁	人参粥 キャベツと豆腐のすまし汁 つぶしそらめ	粥 かぼちゃのそぼろ煮 アスパラのおかかあえ わかめと麩のみそ汁	人参粥 キャベツと豆腐のみそ汁 そらめ	ふきごはん 鶏肉の塩こうじ焼き アスパラのおかかあえ わかめと麩のみそ汁	人参おにぎり キャベツと豆腐のみそ汁 そらめ 牛乳
16日(木)	粥 肉じゃが キャベツのいそ煮 豆腐のすまし汁	パン粥 ミルクスープ 煮ブルー	粥 肉じゃが キャベツのいそあえ 豆腐のみそ汁	ホットケーキ ミルクスープ 煮ブルー	軟飯 肉じゃが キャベツの和風サラダ なめこ豆腐のみそ汁	ホットケーキ ミルクスープ ブルー 牛乳
17日(金)	粥 ふわふわ肉団子のトマト煮 人参のやわらか煮 ほうれん草と玉ねぎのすまし汁	ゆでさつまいも ほうれん草と鶏のスープ ほくしオレンジ	粥 肉団子のトマト煮 人参スティック ほうれん草と玉ねぎのみそ汁	ゆでさつまいも ほうれん草と鶏のスープ オレンジ	軟飯 肉団子のトマト煮 シルバーサラダ ほうれん草と玉ねぎのみそ汁	ゆでさつまいも ほうれん草と鶏のスープ オレンジ 牛乳
18日(土)	煮込みうどん キャベツの煮びたし つぶしバナナ	わかめ粥 煮奴 キャベツと人参のすまし汁	煮込みうどん キャベツのおひたし バナナ	わかめ粥 煮奴 キャベツと人参のみそ汁	きつねうどん 煮奴 キャベツのおひたし バナナ	おにぎり 煮奴 キャベツと人参のみそ汁 牛乳
20日(月)	粥 カレイのくす煮 じゃがいものやわらか煮 わかめと玉ねぎのすまし汁	ミートうどん キャベツのスープ ゆでさつまいも	粥 カレイのみそ煮 サイコロサラダ わかめと玉ねぎのすまし汁	ミートマカロニ キャベツのスープ ゆでさつまいも	軟飯 さわらのねぎみそ焼き じゃが芋の和風サラダ すまし汁	ミートマカロニ キャベツのスープ ゆでさつまいも 牛乳
21日(火)	粥 ふわふわつくねと人参の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 キャベツと麩のすまし汁	ツナ粥 じゃがいもと玉ねぎの すまし汁 人参のチーズ煮	粥 つくねと人参の煮物 青ゆでブロッコリー キャベツと麩のみそ汁	ツナおやき じゃがいもと玉ねぎの みそ汁 人参のチーズ煮	軟飯 つくねの甘辛煮 ブロッコリーのナムル キャベツと麩のみそ汁	五平餅 じゃがいもと玉ねぎの みそ汁 人参のチーズ煮 牛乳
22日(水)	粥 豆腐のそぼろあんかけ キャベツとツナのやわらか煮 チンゲン菜と玉ねぎのすまし汁	にゅうめん チンゲン菜の煮びたし プレーンヨーグルト	粥 豆腐のそぼろあんかけ キャベツとツナのサラダ チンゲン菜と玉ねぎのみそ汁	にゅうめん チンゲン菜のおひたし プレーンヨーグルト	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 大豆サラダ チンゲン菜と油揚げのみそ汁	にゅうめん チンゲン菜のおひたし プレーンヨーグルト 牛乳
23日(木)	粥 ふわふわつくね煮 小松菜と人参の煮びたし じゃがいもと玉ねぎのすまし汁	パン粥 小松菜と鶏のスープ つぶしバナナ	粥 チキンハンバーグ 小松菜と人参のごまあえ じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト 小松菜と鶏のスープ バナナ	軟飯 からあげ ごまあえ しめじと玉ねぎのみそ汁	トマトパン 小松菜と鶏のスープ バナナ 牛乳
24日(金)	肉うどん アスパラのおかかあえ さつまいものチーズ煮	しらすとそらめめの粥 かぼちゃと玉ねぎのすまし汁 人参のやわらか煮	肉うどん アスパラのおかかあえ さつまいものチーズ煮	しらすとそらめめの粥 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 人参スティック	肉うどん アスパラのボン酢あえ さつまいものチーズ煮	じゃこおにぎり かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 そらめめ 牛乳
25日(土)	粥 肉じゃが きゅうりのやわらか煮 キャベツと麩のすまし汁	パン粥 トマトスープ ほくしオレンジ	粥 肉じゃが きゅうりスティック キャベツと麩のみそ汁	豆腐ブレッドトースト トマトスープ オレンジ	ミルクカレー わかめサラダ キャベツと麩のみそ汁	豆腐ブレッド トマトスープ オレンジ 牛乳
27日(月)	粥 春雨の煮物 ゆでじゃが わかめと玉ねぎのスープ	のり粥 豆腐とキャベツのすまし汁 人参のミルク煮	粥 春雨ソテー 粉ふきいも わかめと玉ねぎのスープ	のり粥 豆腐とキャベツのみそ汁 人参のミルク煮	軟飯 春雨ソテー しゅうまい じゃがにらスープ	塩のおにぎり 豆腐とキャベツのみそ汁 人参のミルク煮 牛乳
28日(火)	粥 ツナの野菜煮 いんげんのコーン煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁	人参パン粥 ポテトスープ ブラマンジェ	粥 ツナのハンバーグ いんげんのコーン煮 小松菜と玉ねぎのみそ汁	人参ジャムサンド ポテトスープ ブラマンジェ	軟飯 ツナのハンバーグ ひじきの炒り煮 小松菜ともやしのみそ汁	人参ジャムサンド ポテトスープ ブラマンジェ 牛乳
29日(水)	粥 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのやわらか煮 玉ねぎと麩のすまし汁	ゆでじゃが はるさめスープ 煮ブルー	粥 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのごまがらめ 玉ねぎと麩のみそ汁	ゆでじゃが はるさめスープ 煮ブルー	軟飯 厚揚げの煮物 きゅうりのごまがらめ 玉ねぎと麩のみそ汁	ポテトドッグ はるさめスープ ブルー 牛乳
30日(木)	粥 かねいトマト煮 大根と人参のやわらか煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	ピース粥 鶏汁 ほくしオレンジ	粥 かねいトマト煮 大根と人参の煮物 豆腐と玉ねぎのみそ汁	ピース粥 豚汁 オレンジ	軟飯 かねいの竜田揚げ 切り干し大根の煮つけ プチトマト 豆腐のみそ汁	ピースごはんおにぎり 豚汁 オレンジ 牛乳
31日(金)	粥 ふわふわ鶏団子の オニオンソースがけ キャベツのいそ煮 かぶのすまし汁	そぼろ粥 かぼちゃと玉ねぎのすまし汁 煮りんご	粥 鶏団子のオニオンソースがけ キャベツのいそあえ かぶのみそ汁	そぼろ粥 かぼちゃと玉ねぎのすまし汁 煮りんご	軟飯 鶏肉のうま煮 豆苗ともやしのナムル かぶのみそ汁	そぼろおにぎり かぼちゃと玉ねぎのすまし汁 煮りんご 牛乳