

2021年 5月



離乳食献立表



大宮保育園

回数	1回目(午前)			補食(午後)	
	6カ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月
月齢	6カ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月
固さの目安	トロトロ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
目安	ヨーグルト状	絹ごし豆腐位	バナナ位	絹ごし豆腐位	バナナ位
1日(土)	10倍かゆ 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト ブロッコリーペースト	7倍かゆ くず煮(豆腐/玉ねぎ/人参) きざみブロッコリー じゃがいもスープ煮	5倍かゆ くず煮(豆腐/玉ねぎ/人参) ポイルブロッコリー じゃがいもスープ煮	<p style="text-align: center;">午前保育</p> 	
3日(月)	憲法記念日				
4日(火)	みどりの日				
5日(水)	こどもの日				
6日(木)	10倍かゆ 玉ねぎ・人参ペースト じゃがいもペースト 冬瓜・小松菜ペースト	7倍かゆ くず煮(ささみ/玉葱/人参/イゲ)) きざみポテト 冬瓜・小松菜スープ	5倍かゆ くず煮(ささみ/玉葱/人参/イゲ)) ポイルポテト 冬瓜・小松菜スープ	巻き麩煮込みかゆ(7倍) トマトジュレ きざみきゅうり	巻き麩煮込みかゆ(5倍) トマトジュレ ポイルきゅうり
7日(金)	10倍かゆ 白身魚・トマトペースト かぼちゃペースト きゃべつ・玉葱ペースト	7倍かゆ くず煮(白身魚/トマト) きざみかぼちゃ きゃべつ・玉葱スープ煮	5倍かゆ くず煮(白身魚/トマト) ポイルかぼちゃ きゃべつ・玉葱スープ煮	きな粉煮込みかゆ(7倍) きざみブロッコリー きざみポテト	きな粉煮込みかゆ(5倍) ポイルブロッコリー ポイルポテト
8日(土)	10倍かゆ 玉葱・きゃべつペースト 人参ペースト カリフラワーペースト	7倍かゆ くず煮(巻き麩/玉葱/きゃべつ) きざみキャロット カリフラワースープ煮	5倍かゆ くず煮(巻き麩/玉葱/きゃべつ) ポイルキャロット カリフラワースープ煮	ひじき煮込みかゆ(7倍) きざみきゅうり じゃが芋豆乳ポターージュ	ひじき煮込みかゆ(5倍) ポイルきゅうり じゃが芋豆乳ポターージュ
10日(月)	10倍かゆ 豆腐・玉葱ペースト きゃべつ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	7倍かゆ くず煮(豆腐/玉ねぎ) きざみ野菜(きゃべつ/人参) チンゲン菜スープ煮	5倍かゆ くず煮(豚挽肉/豆腐/玉ねぎ) ポイル野菜(きゃべつ/人参) チンゲン菜スープ煮	しらす煮込みかゆ(7倍) きざみポテト トマトジュレ	しらす煮込みかゆ(5倍) ポイルポテト トマトジュレ
11日(火)	10倍かゆ 大根ペースト 人参ペースト トマトペースト	7倍かゆ くず煮(ツナ/もずく/大根) きざみキャロット トマトスープ煮	5倍かゆ くず煮(ツナ/もずく/大根) ポイルキャロット トマトスープ煮	7倍煮込みかゆ(ヒジキ/小松菜) きざみきゅうり じゃが芋豆乳ポターージュ	5倍煮込みかゆ(ヒジキ/小松菜) ポイルきゅうり じゃが芋豆乳ポターージュ
12日(水)	10倍かゆ 白身魚・小松菜・玉葱ペースト 人参ペースト きゃべつペースト	7倍かゆ くず煮(白身魚/小松菜/玉葱) きざみキャロット きゃべつスープ煮	5倍かゆ くず煮(白身魚/小松菜/玉葱) ポイルキャロット きゃべつスープ煮	巻き麩煮込みかゆ(7倍) トマトジュレ きざみブロッコリー	巻き麩煮込みかゆ(5倍) トマトジュレ ポイルブロッコリー
13日(木)	10倍かゆ 豆腐・玉葱・人参ペースト きゅうりペースト カリフラワーペースト	7倍かゆ くず煮(豆腐/玉葱/人参) きざみきゅうり カリフラワースープ煮	5倍かゆ くず煮(豆腐/玉葱/人参) ポイルきゅうり カリフラワースープ煮	ツナ煮込みかゆ(7倍) ブロッコリーくず煮 きざみポテト	ツナ煮込みかゆ(5倍) ブロッコリーくず煮 ポイルポテト
14日(金)	10倍かゆ 人参・玉葱ペースト じゃがいもペースト きゅうりペースト	7倍かゆ くず煮(ささみ/人参/玉葱) きざみポテト きゅうりスープ煮	豚レバー煮込みかゆ(5倍) くず煮(ささみ/人参/玉葱) ポイルポテト きゅうりスープ煮	ひじき煮込みかゆ(7倍) くず煮(豆腐/いんげん) きざみかぼちゃ	ひじき煮込みかゆ(5倍) くず煮(豆腐/いんげん) ポイルかぼちゃ
15日(土)	10倍かゆ 豆腐・玉葱・人参ペースト ブロッコリーペースト 白菜ペースト	7倍かゆ くず煮(豆腐/玉葱/人参) きざみブロッコリー 白菜スープ煮	5倍かゆ くず煮(豆腐/玉葱/人参) ポイルブロッコリー 白菜スープ煮	しらす煮込みかゆ(7倍) トマト豆乳くず煮 きざみきゅうり	しらす煮込みかゆ(5倍) トマト豆乳くず煮 ポイルきゅうり
17日(月)	10倍かゆ きゃべつペースト 人参ペースト 冬瓜ペースト	7倍かゆ くず煮(鶏挽肉/きゃべつ) きざみキャロット 冬瓜スープ煮	5倍かゆ くず煮(鶏挽肉/きゃべつ) きざみキャロット 冬瓜スープ煮	ツナ煮込みかゆ(7倍) きゅうりくず煮 きざみさつまいも	ツナ煮込みかゆ(5倍) きゅうりくず煮 ポイルさつまいも
18日(火)	10倍かゆ 豆腐・トマトペースト じゃがいもペースト 玉葱ペースト	7倍かゆ くず煮(豆腐/トマト) きざみポテト 玉葱スープ煮	5倍かゆ くず煮(豆腐/トマト) ポイルポテト 玉葱スープ煮	巻き麩煮込みかゆ(7倍) 人参豆乳ポターージュ きざみきゅうり	巻き麩煮込みかゆ(5倍) 人参豆乳ポターージュ ポイルきゅうり

2021年 5月 離乳食献立表 大宮保育園

回数	1回目(午前)			補食(午後)	
	6カ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月	7~8ヶ月	9~11ヶ月
	トロトロ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位
19日 (水)	10倍かゆ 白身魚・人参ペースト 大根ペースト ほうれん草ペースト	7倍かゆ くず煮(白身魚/人参/いんげん) きざみ大根 巻き麩・ほうれん草スープ煮	5倍かゆ くず煮(白身魚/人参/いんげん) ポイル大根 巻き麩・ほうれん草スープ煮	きな粉煮込みかゆ(7倍) トマトジュレ きざみポテト	きな粉煮込みかゆ(5倍) トマトジュレ ポイルポテト
20日 (木)	10倍かゆ 玉葱・人参ペースト きゅうりペースト トマトペースト	7倍かゆ くず煮(鶏挽肉/玉葱/人参) きざみきゅうり トマトスープ煮	5倍かゆ くず煮(鶏挽肉/玉葱/人参) きざみきゅうり トマトスープ煮	ひじき煮込みかゆ(7倍) くず煮(豆腐/ブロッコリー) きざみカリフラワー	ひじき煮込みかゆ(5倍) くず煮(豆腐/ブロッコリー) ポイルカリフラワー
21日 (金)	10倍かゆ 白身魚・冬瓜ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト	7倍かゆ くず煮(白身魚/冬瓜) きざみ野菜(人参/いんげん) 玉ねぎ・小松菜スープ煮	5倍かゆ くず煮(白身魚/冬瓜) ポイル野菜(人参/いんげん) 玉ねぎ・小松菜スープ煮	しらす煮込みかゆ(7倍) じゃが芋豆乳ポタージュ きざみきゅうり	しらす煮込みかゆ(5倍) じゃが芋豆乳ポタージュ ポイルきゅうり
22日 (土)	10倍かゆ 玉葱・人参ペースト カリフラワーペースト トマトペースト	7倍かゆ くず煮(ささみ/玉葱/人参) きざみカリフラワー トマトスープ煮	5倍かゆ くず煮(豚挽肉/玉葱/人参) ポイルカリフラワー トマトスープ煮	巻き麩煮込みかゆ(7倍) きゅうりくず煮 きざみポテト	巻き麩煮込みかゆ(5倍) きゅうりくず煮 ポイルポテト
24日 (月)	10倍かゆ トマト・玉葱ペースト 人参ペースト ブロッコリーペースト	7倍かゆ くず煮(ツナ/トマト/玉葱) きざみキャロット ブロッコリースープ煮	豚レバー煮込みかゆ(5倍) くず煮(ツナ/トマト/玉葱) ポイルキャロット ブロッコリースープ煮	ひじき煮込みかゆ(7倍) さつまいもくず煮 きざみきゅうり	ひじき煮込みかゆ(5倍) さつまいもくず煮 ポイルきゅうり
25日 (火)	10倍かゆ トマトペースト 人参ペースト ゆし豆腐ペースト	7倍かゆ くず煮(ひじき/もやし/いんげん) きざみキャロット ゆし豆腐スープ煮	鮭煮込みかゆ(5倍) くず煮(ひじき/もやし/いんげん) ポイルキャロット ゆし豆腐スープ煮	きな粉煮込みかゆ(7倍) トマトジュレ きざみポテト	きな粉煮込みかゆ(5倍) トマトジュレ ポイルポテト
26日 (水)	10倍かゆ 玉葱ペースト 人参ペースト きゅうりペースト	7倍かゆ くず煮(ささみ/玉葱) きざみキャロット きゅうりスープ煮	5倍かゆ くず煮(ささみ/玉葱) ポイルキャロット きゅうりスープ煮	ツナ煮込みかゆ(7倍) じゃが芋豆乳ポタージュ きざみブロッコリー	ツナ煮込みかゆ(5倍) じゃが芋豆乳ポタージュ ポイルブロッコリー
27日 (木)	10倍かゆ 豆腐・人参・玉葱ペースト じゃがいもペースト きゃべつペースト	ひじき煮込みかゆ(7倍) くず煮(豆腐/人参/玉葱) きざみポテト きゃべつスープ煮	ひじき煮込みかゆ(5倍) くず煮(豆腐/人参/玉葱) ポイルポテト きゃべつスープ煮	巻き麩煮込みかゆ(7倍) カリフラワーくず煮 きざみきゅうり	巻き麩煮込みかゆ(5倍) カリフラワーくず煮 ポイルきゅうり
28日 (金)	10倍かゆ 玉葱・トマトペースト 人参ペースト きゃべつペースト	7倍かゆ くず煮(鶏挽肉/玉葱/トマト) きざみキャロット きゃべつスープ煮	5倍かゆ くず煮(鶏挽肉/玉葱/トマト) ポイルキャロット きゃべつスープ煮	しらす煮込みかゆ(7倍) ブロッコリーくず煮 きざみポテト	しらす煮込みかゆ(5倍) ブロッコリーくず煮 ポイルポテト
29日 (土)	10倍かゆ 人参ペースト 豆腐ペースト さつまいもペースト	7倍かゆ くず煮(もずく/鶏挽肉/いんげん) きざみキャロット 豆腐スープ煮	5倍かゆ くず煮(もずく/鶏挽肉/いんげん) ポイルキャロット 豆腐スープ煮	ツナ煮込みかゆ(7倍) トマトジュレ きざみさつまいも	ツナ煮込みかゆ(5倍) トマトジュレ ポイルさつまいも
31日 (月)	10倍かゆ トマトペースト きゅうりペースト きゃべつペースト	7倍かゆ くず煮(ささみ/トマト) きざみきゅうり きゃべつスープ煮	5倍かゆ くず煮(ささみ/トマト) ポイルきゅうり きゃべつスープ煮	ひじき煮込みかゆ(7倍) じゃが芋豆乳ポタージュ きざみキャロット	ひじき煮込みかゆ(5倍) じゃが芋豆乳ポタージュ ポイルキャロット

※ 保育園の行事や食材の状況により変更する場合があります。
 ※ お子さんの月齢や発達に合わせて使用食材や調理形態を変えていきます。

食事予定日数 23日