

2024年 5月 離乳食 献立

| 日にち   | 曜日     | 5・6ヶ月頃午前                    | 7・8ヶ月頃午前                         | 7・8ヶ月頃午後   | 9～11ヶ月頃午前                        | 9～11ヶ月頃午後  | 食 材   |
|-------|--------|-----------------------------|----------------------------------|------------|----------------------------------|------------|---|
| 1・20  | 水<br>月 | かゆ 白身魚<br>和風だしスープ(かつお・昆布)   | かゆ みそ汁(豆腐)<br>白身魚と大根の煮物 バナナ      | 小松菜のリゾット   | かゆ みそ汁(豆腐)<br>白身魚と大根の煮物 バナナ      | 小松菜のリゾット   | 米 白身魚 絹ごし豆腐 大根 人参<br>玉ねぎ 小松菜 バナナ 鶏ひき肉                     |
| 2・23  | 木      | かゆ 絹ごし豆腐<br>スープ(野菜だし)       | かゆ みそ汁(小松菜)<br>豆腐のそぼろあんかけ オレンジ   | 和風うどん      | かゆ みそ汁(小松菜)<br>豆腐のそぼろあんかけ オレンジ   | 和風うどん      | 米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 人参 大根 玉ねぎ<br>小松菜 さつまいも オレンジ うどん ツナ           |
| 7・21  | 火      | かゆ おふ<br>和風だしスープ(かつお・昆布)    | かゆ ブロッコリーのスープ<br>鶏肉のトマト煮 オレンジ    | 豆腐の野菜煮     | かゆ ブロッコリーのスープ<br>鶏肉のトマト煮 オレンジ    | 豆腐の野菜おやき   | 米 鶏ささ身 玉ねぎ じゃがいも 人参 ブロッコリー<br>オレンジ 絹ごし豆腐(中期) 木綿豆腐(後期)     |
| 8・22  | 水      | かゆ 白身魚<br>スープ(野菜だし)         | かゆ みそ汁(キャベツ)<br>筑前煮 バナナ          | じゃがいもの磯和え  | かゆ みそ汁(キャベツ)<br>筑前煮 バナナ          | ホットケーキ     | 米 鶏ささ身 大根 人参 キャベツ 玉ねぎ バナナ<br>じゃがいも 青のり(中期) ホットケーキミックス(後期) |
| 9・30  | 木      | かゆ おふ<br>スープ(野菜だし)          | 野菜うどん<br>ポテトサラダ オレンジ             | そぼろおじや     | 野菜うどん<br>ポテトサラダ オレンジ             | そぼろおじや     | うどん 鶏ささ身(中期) 豚肉(後期) 白菜 人参<br>玉ねぎ 小松菜 じゃがいも オレンジ 米 鶏ひき肉    |
| 10・24 | 金      | かゆ 白身魚<br>和風だしスープ(かつお・昆布)   | かゆ みそ汁(玉ねぎ)<br>鶏肉の和風煮 バナナ        | しらすパンがゆ    | かゆ みそ汁(玉ねぎ)<br>鶏肉の和風煮 バナナ        | パンスティック    | 米 鶏ささ身 人参 玉ねぎ バナナ<br>食パン しらす(中期)                          |
| 13・27 | 月      | かゆ 絹ごし豆腐<br>スープ(野菜だし)       | かゆ みそ汁(さつまいも)<br>鶏肉とキャベツの煮物 オレンジ | マカロニきなこ    | かゆ みそ汁(さつまいも)<br>鶏肉とキャベツの煮物 オレンジ | マカロニきなこ    | 米 鶏ささ身 キャベツ 人参 玉ねぎ<br>さつまいも オレンジ マカロニ きなこ                 |
| 14・28 | 火      | かゆ おふ<br>和風だしスープ(かつお・昆布)    | パンがゆ 豆乳シチュー<br>バナナ               | しらすがゆ      | パンスティック 豆乳シチュー<br>バナナ            | しらすがゆ      | 食パン 豆乳 鶏ささ身 じゃがいも 人参<br>玉ねぎ バナナ 米 しらす 白菜                  |
| 15・29 | 水      | かゆ 絹ごし豆腐<br>和風だしスープ(かつお・昆布) | かゆ けんちん汁<br>白身魚の味噌煮 バナナ          | ミルクパンがゆ    | かゆ けんちん汁<br>白身魚の味噌煮 バナナ          | パンスティック    | 米 白身魚 人参 玉ねぎ さといも<br>小松菜 絹ごし豆腐 バナナ 食パン                    |
| 16    | 木      | かゆ おふ<br>スープ(野菜だし)          | 豆腐のあんかけ丼<br>ほうれん草のスープ オレンジ       | さつまいものマッシュ | 豆腐のあんかけ丼<br>ほうれん草のスープ オレンジ       | さつまいもスティック | 米 絹ごし豆腐 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ<br>ほうれん草 オレンジ さつまいも                   |
| 17・31 | 金      | かゆ 白身魚<br>和風だしスープ(かつお・昆布)   | かゆ 野菜スープ<br>ポトフ風煮物 バナナ           | ツナ入りおじや    | かゆ 野菜スープ<br>ポトフ風煮物 バナナ           | ツナ入りおじや    | 米 鶏ささ身 じゃがいも 人参 玉ねぎ<br>キャベツ バナナ ツナ                        |

