

令和2年5月分



離乳食献立表



枚方市立保育所

日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳	午前	午後	昼食
1(金)	ごはん 魚のノルウェー風 粉吹芋 和風春雨スープ	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 ソフトせんべい塩味 ミニレビ`スケット	かゆ 魚の野菜あんかけ 野菜スープ	かゆ ツナじゃが みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
2(土)	チャンポン麺 ツナと白菜の煮浸し	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 源氏パイ 昆布おかき	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
7(木)	ごはん 五目炒め じゃが芋の味噌汁 魚のふりかけ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 おでかけマンナ 元気カリポテミニ	かゆ 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁	かゆ 魚のみそ煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
8(金)	ケチャップごはん 鶏の照焼き キャベツのソテー 豆腐のすまし汁 みかん缶	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん アシドミルクプラス ミニ動物ビスケット ソフト豆もち 国産ももゼリー	かゆ あんかけ豆腐 すまし汁	かゆ ツナとじゃが芋の煮物 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
9(土)	きつねうどん かぼちゃのそぼろ煮	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 ミニ野菜スティック アパ`マンのソフトせん	かゆ かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	うどんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
11(月)	ごはん 揚げじゃが芋のうま煮 豆腐の味噌汁	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 南瓜蒸しパン	かゆ 肉じゃが 豆腐のみそ汁	かゆ 魚のあんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
12(火)	ごはん 魚のムニエル 野菜ソテー クリームスープ	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 そら豆、牛乳かりんとう 甘夏	かゆ 魚の野菜あんかけ ポテトスープ	かゆ キャベツのそぼろ煮 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
13(水)	ごはん ツナ入り卵焼き ひじき豆 キャベツの味噌汁	◎牛乳、アパ`ラ`スピ`スケット 牛乳 麩のラスク 青りんごゼリー	かゆ 豆腐の野菜あんかけ キャベツのみそ汁	かゆ 煮魚 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
14(木)	ごはん 煮魚 キャベツの甘酢炒め 糸かまのすまし汁	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳、ビスコ 1歳からのかっぱえびせん ハイチーズ	かゆ みそ煮魚 青菜のすまし汁	かゆ 炒り豆腐 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
15(金)	ごはん 筑前煮 味噌汁 焼きのり	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 きな粉トースト	かゆ とり肉のやわらか煮 豆腐のみそ汁	かゆ 魚のあんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
16(土)	チャンポン麺 ツナと白菜の煮浸し	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 源氏パイ 昆布おかき	かゆ 豚肉と野菜の煮物 みそ汁	めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
18(月)	食パン ビーフシチュー コーンソテー	◎牛乳、サクッとあられ 牛乳 焼きおにぎり風(おかか)	かゆ ビーフシチュー キャベツの煮浸し	かゆ 魚のクリーム煮 すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご



日付	完了期		中・後期		初期
	昼食	午後おやつ	午前	午後	昼食
19(火)	ごはん 煮込みハンバーグ キャベツのソテー 卵とコーンのスープ	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 フルーツミックス 星たべよ	かゆ ミートポテト コーンスープ	かゆ 魚の野菜あんかけ みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
20(水)	ごはん 鯖の照焼 切干大根のやわらか煮 豆腐の味噌汁	◎牛乳、アパカスビスケット 牛乳 お好み焼き	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ 煮やっこ 野菜スープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
21(木)	ごはん 中華豆腐 じゃが芋の味噌汁 焼きのり	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳 おでかけマンナ 元気カリポテミニ	かゆ 中華豆腐 みそ汁	かゆ 魚のみそ煮 かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
22(金)	ごはん 鮭の刈り出しかけ スープ煮	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳 いちごケーキ	かゆ 魚のクリーム煮 スープ煮	かゆ ツナとじゃが芋の煮物 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
23(土)	きつねうどん じゃがいものそぼろ煮	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 ミニ野菜スティック アパカスのソフトせん	かゆ じゃがいものそぼろ煮 みそ汁	うどんのくたくた煮 りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
25(月)	わかめごはん 洋風おでん 豆腐のすまし汁	◎牛乳、サクッとあられ ジョア 水族館クッキー 昆布の香り、バナナ	かゆ 洋風おでん 麩のすまし汁	かゆ あんかけ豆腐 ポテトスープ バナナ	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
26(火)	ごはん ほっけの焼魚 春雨の炒め物 豆腐の味噌汁	◎牛乳、お子さませんべい 牛乳 和風マカロニ	かゆ 煮魚 豆腐のみそ汁	かゆ ツナじゃが すまし汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
27(水)	ごはん 大豆入りかき揚げ出し煮 糸かまのスープ	◎牛乳、アパカスビスケット 牛乳 シュガーバタートースト	かゆ 鶏肉と野菜のうま煮 野菜スープ	かゆ 魚のみそ煮 かぼちゃスープ りんご	10倍がゆ 野菜のとろとろ煮 りんご
28(木)	ごはん 鯖のバターしょうゆ焼き 野菜炒め ミネストローネスープ	◎牛乳、畑のクラッカー 牛乳、ビスコ 1歳からのかっぱえびせん ハイチーズ	かゆ 煮魚 トマトスープ	かゆ 煮奴 みそ汁 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご
29(金)	ごはん 手羽中の煮物 キャベツのじゃこ炒め煮 じゃが芋の味噌汁	◎牛乳、元気野菜入りソフトせん 牛乳、牛乳かりんとう サラダうす焼き 国産りんごゼリー	かゆ 鶏肉の煮物 豆腐のみそ汁	かゆ 魚の野菜あんかけ すまし汁 りんご	10倍がゆ 豆腐のとろとろ煮 りんご
30(土)	味噌ラーメン 切干大根のやわらか煮	◎牛乳、ミニ動物ビスケット 牛乳 ミニミレービスケット ぼたぼた焼き	かゆ 豚肉と野菜のみそ煮 野菜のすまし汁	めんのかたくた煮 りんご	10倍がゆ 魚のとろとろ煮 りんご

※ 粉ミルクは別に用意しています

初期 つぶしがゆを主として、野菜等はかたまりのない滑らかなトロトロ状
 中期 おかゆを主として、おかずは舌で楽につぶせるベタベタ状からあらつぶし
 後期 おかゆ又は軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で楽につぶせる軟らかさ
 完了期 軟らかめのご飯を主として、おかずは歯茎で噛める軟らかさ
 午前・午後のおやつは、子どもの食べやすさに応じて調整します

<注意しましょう!>

はちみつは、乳児ボツリヌス症予防のために満1歳までは使わないでください
 乳児ボツリヌス症は、乳児の腸内細菌叢が成人と異なるために起こる疾病です

