



5月


 保育園離乳食献立表
 

所沢市立保育園 2023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(月)	粥 高野豆腐ふわふわ煮 小松菜の煮びたし わかめと玉ねぎのすまし汁	ゆでかぼちゃ そうめんスープ ほくしオレンジ	粥 高野豆腐の煮物 小松菜のごまあえ わかめと玉ねぎのみそ汁	ゆでかぼちゃ そうめんスープ オレンジ	軟飯 高野豆腐の煮物 ごまあえ もやしと玉ねぎのみそ汁	ゆでかぼちゃ そうめんスープ オレンジ
2日(火)	粥 ふわふわ肉団子 人参のやわらか煮 キャベツと玉ねぎのすまし汁	グリーンピースがゆ けんちん汁 ブランチエ	粥 肉団子の甘辛煮 人参スティック キャベツと玉ねぎのみそ汁	グリーンピースがゆ けんちん汁 ブランチエ	軟飯 肉団子の甘辛煮 おから 春野菜のみそ汁	ピースごはんのおにぎり けんちん汁 ブランチエ
6日(土)	煮込みうどん じゃがいものやわらか煮 ほくしオレンジ	バターパン粥 チキンスープ つぶしバナナ	煮込みうどん 粉ふきいも オレンジ	バタートースト チキンスープ バナナ	きつねうどん 粉ふきいも オレンジ	バタートースト チキンスープ バナナ
8日(月)	粥 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーのやわらか煮 さつま芋と玉ねぎのすまし汁	パン粥 キャベツと玉ねぎのスープ 人参のチーズ煮	粥 豆腐の野菜あんかけ 青ゆでブロッコリー さつま芋と玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト キャベツと玉ねぎのスープ 人参のチーズ煮	軟飯 生揚げと野菜の炒め煮 青ゆでブロッコリー えのきと玉ねぎのみそ汁	カリカリトースト キャベツと玉ねぎのスープ 人参のチーズ煮
9日(火)	粥 鮭のくす煮 キャベツのおかか煮 なすのすまし汁	五目うどん つぶしバナナ	粥 鮭の煮つけ キャベツのおかかあえ なすのみそ汁	五目うどん バナナ	軟飯 鮭の塩焼き 五目きんぴら なすのみそ汁	五目うどん バナナ
10日(水)	粥 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのしらす煮 玉ねぎと麩のすまし汁	そぼろ粥 ほうれん草と玉ねぎの すまし汁 ほくしオレンジ	粥 豚肉と野菜の炒め煮 きゅうりのしらすあえ 玉ねぎと麩のみそ汁	そぼろ粥 ほうれん草と玉ねぎの みそ汁 オレンジ	軟飯 酢豚 きゅうりのしらすあえ 玉ねぎと麩のみそ汁	そぼろおにぎり ほうれん草と玉ねぎの みそ汁 オレンジ
11日(木)	粥 豆腐団子 アスパラの煮びたし 小松菜と玉葱のすまし汁	ミルクパン粥 ツナとキャベツのスープ 煮ブルー	粥 豆腐ハンバーグ アスパラのおかか和え 小松菜と玉葱のみそ汁	ホットケーキ ツナとキャベツのスープ 煮ブルー	ひきごは 鶏肉の塩こうじ焼き アスパラのおかか和え 小松菜と玉葱のみそ汁	ホットケーキ ツナとキャベツのスープ ブルー
12日(金)	粥 ふわふわつくね煮 小松菜のいそ煮 かぼちゃのすまし汁	人参粥 白菜とわかめのすまし汁 かぶのそぼろあんかけ	粥 手作りウインナー 小松菜のいそあえ かぶのみそ汁	人参粥 白菜とわかめのみそ汁 かぶのそぼろあんかけ	軟飯 からあげ いそあえ かぼちゃのみそ汁	人参おにぎり 白菜とわかめのみそ汁 かぶのそぼろあんかけ
13日(土)	ツナうどん ブロッコリーのやわらか煮 ポテトスープ	チーズパン粥 コーンスープ つぶしバナナ	ツナうどん 青ゆでブロッコリー ポテトスープ	チーズトースト コーンスープ バナナ	スパゲティナポリタン 青ゆでブロッコリー ポテトスープ	チーズトースト コーンスープ バナナ
15日(月)	粥 春雨の煮物 アスパラのやわらか煮 豆腐と玉ねぎのすまし汁	パン粥 ミルクスープ ほくしオレンジ	粥 春雨ソテー アスパラスティック 豆腐と玉ねぎのスープ	バタートースト ミルクスープ オレンジ	軟飯 春雨ソテー しゅうまい ゆでアスパラ 豆腐スープ	いちごジャムサンド ミルクスープ オレンジ
16日(火)	粥 ふわふわ肉団子の トマト煮込み 野菜のやわらか煮 キャベツと麩のすまし汁	かぼちゃの茶巾 ビーフンスープ	粥 煮込みチキンハンバーグ サイコロサラダ キャベツと麩のみそ汁	かぼちゃの茶巾 ビーフンスープ	軟飯 煮込みチキンハンバーグ じゃが芋の和風サラダ もやしと麩のみそ汁	かぼちゃの茶巾 ビーフンスープ
17日(水)	粥 クリーム煮 ブロッコリーのやわらか煮 ほうれん草のスープ	そうめんスープ 刻みトマト プレーンヨーグルト	粥 クリーム煮 青ゆでブロッコリー ほうれん草のスープ	そうめんスープ トマト プレーンヨーグルト	ミルクチキンカレー ブロッコリーとハムのサラダ ほうれん草のスープ	そうめんスープ トマト プレーンヨーグルト
18日(木)	粥 大根のそぼろ煮 チンゲン菜の煮びたし 豆腐とわかめのすまし汁	しらす粥 鶏肉と小松菜のすまし汁 スナップエンドウの やわらか煮	粥 大根のそぼろ煮 チンゲン菜のおびたし 豆腐とわかめのみそ汁	しらす粥 鶏肉と小松菜のみそ汁 スナップエンドウ	軟飯 豚肉とごぼうのすきやき風煮 チンゲン菜のナムル わかめと油揚げのみそ汁	じゃこおにぎり 鶏肉と小松菜のみそ汁 スナップエンドウ
19日(金)	粥 ふわふわつくね煮 人参とキャベツのやわらか煮 かぶのすまし汁	にゅうめん じゃがいものやわらか煮 つぶしバナナ	粥 つくね焼き 人参とキャベツのおびたし かぶのみそ汁	にゅうめん 粉ふきいも バナナ	軟飯 手づくりチキンナゲット 大豆サラダ かぶのみそ汁	にゅうめん 粉ふきいも バナナ
20日(土)	煮込みうどん かぼちゃのチーズ煮 ほくしオレンジ	ほうれん草と玉ねぎの すまし汁 人参のコーン煮	煮込みうどん かぼちゃのチーズ煮 オレンジ	ほうれん草と玉ねぎの みそ汁 人参のコーン煮	肉うどん かぼちゃのチーズ煮 オレンジ	ほうれん草と玉ねぎの みそ汁 人参のコーン煮
22日(月)	粥 かいりのくす煮 大根と人参のやわらか煮 じゃがいもと玉ねぎの すまし汁	きなこ粥 鶏肉と大根といんげんの すまし汁 ほくしオレンジ	粥 かいりの煮つけ 大根と人参の煮物 じゃがいもと玉ねぎのみそ汁	マカロニきなこ 鶏肉と大根といんげんの みそ汁 オレンジ	軟飯 かいりの竜田揚げ 切り干し大根の煮つけ プチトマト じゃがいもとにらのみそ汁	マカロニきなこ 鶏肉と大根といんげんの みそ汁 オレンジ
23日(火)	粥 じゃが芋と鶏肉の煮物 小松菜の煮びたし 豆腐と玉ねぎのすまし汁	パン粥 小松菜のスープ つぶしバナナ	粥 じゃが芋と豚肉の煮物 小松菜のおびたし 豆腐と玉ねぎのみそ汁	蒸しパン 小松菜のスープ バナナ	軟飯 肉じゃが 小松菜のおびたし なめこと豆腐のみそ汁	クリームチーズ蒸しパン 小松菜のスープ バナナ
24日(水)	粥 ふわふわ肉団子のトマト煮 きゅうりと人参のやわらか煮 大根のすまし汁	ミルクパン粥 トマトスープ 煮ブルー	粥 肉団子のトマト煮 きゅうりと人参スティック 大根のみそ汁	カリカリトースト トマトスープ 煮ブルー	軟飯 ささみのチリ風ソース スパゲティサラダ 大根のみそ汁	はちみつトースト トマトスープ ブルー
25日(木)	粥 豆腐と野菜のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 小松菜のすまし汁	粥 鮭のくす煮 白菜のすまし汁	粥 豆腐の野菜あんかけ 青ゆでブロッコリー 小松菜のみそ汁	粥 鮭の煮つけ 白菜のみそ汁	軟飯 つくねの甘辛だれ ブロッコリーのナムル 小松菜のみそ汁	塩のおにぎり 鮭の煮つけ 白菜のみそ汁
26日(金)	粥 ひじき入りふわふわつくね煮 人参といんげんのやわらか煮 白菜とわかめのすまし汁	しらすパン粥 野菜スープ ブランチエ	粥 ひじき入りつくね 人参・いんげんスティック 白菜とわかめのみそ汁	じゃこトースト 野菜スープ ブランチエ	軟飯 豚肉の生姜焼き ひじきの炒り煮 白菜とわかめのみそ汁	じゃこトースト 野菜スープ ブランチエ
27日(土)	煮込みうどん スナッフえんどうと玉ねぎの スープ プレーンヨーグルト	チーズパン粥 ジュリアンスープ ほくしオレンジ	焼きうどん スナッフえんどうと玉ねぎの スープ プレーンヨーグルト	チーズトースト ジュリアンスープ オレンジ	焼きそば スナッフえんどうと玉ねぎの スープ プレーンヨーグルト	チーズトースト ジュリアンスープ オレンジ
29日(月)	粥 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜の煮びたし 玉ねぎと麩のすまし汁	じゃがいものチーズ煮 ビーフンスープ 煮ブルー	粥 豆腐のそぼろあんかけ 小松菜のごまあえ 玉ねぎと麩のみそ汁	じゃがいものチーズ煮 ビーフンスープ 煮ブルー	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 五目ごまあえ しめじと玉ねぎのみそ汁	ポテトドッグ ビーフンスープ ブルー
30日(火)	粥 かじきのくす煮 野菜のやわらか煮 キャベツと豆腐のすまし汁	わかめうどん バナナのヨーグルトあえ	粥 かじきの煮つけ かぼちゃサラダ キャベツと豆腐のみそ汁	わかめうどん バナナのヨーグルトあえ	軟飯 かじきの煮つけ かぼちゃサラダ キャベツと厚揚げのみそ汁	わかめうどん バナナのヨーグルトあえ
31日(水)	粥 煮込みチキンハンバーグ ブロッコリーのコーン煮 わかめと麩のすまし汁	鶏そぼろ粥 かぶと人参のすまし汁 そらまめのマッシュ	粥 煮込みチキンハンバーグ ブロッコリーのコーン煮 わかめと麩のみそ汁	鶏そぼろ粥 かぶと人参のみそ汁 そらまめ	軟飯 ボークチャップ 青ゆでブロッコリー 粉ふきいも わかめと麩のみそ汁	いなりにおにぎり かぶと人参のみそ汁 そらまめ