離乳食献立表

~中期食~ 令和7年5月

<u>全</u>	和7	'年	5月	~中期食~			上井草保育園
日				材料名			
曜	時間帯		献立	黄 熱と力になるもの	赤 血や肉や骨になるもの		その他
01	午前食	1	7倍粥	米	皿で内で育になるもの	1年の調丁を登えるもの	ての他
木	1 1332		さつま芋の味噌汁	さつま芋			 煮干し・昆布だし汁、米みそ
			白身魚と野菜の煮物		カレイ	 人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
	午後食	1	7倍粥	*			
		2	きゃべつのすまし汁			玉ねぎ、キャベツ	昆布だし汁、醤油
		3	さつま芋のそぼろ煮	さつま芋、片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	人参	昆布だし汁、醤油
02	午前食	1	7倍粥	米			
金		2	かぼちゃのスープ			かぼちゃ、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
			肉団子と野菜のケチャップ煮	片栗粉、三温糖 	鶏ひき肉	ブロッコリー、人参	昆布だし汁、ケチャップ
	午後食		煮込みうどん	干しうどん	高野豆腐	かぼちゃ、人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
07	午前食		ゆでブロッコリー			ブロッコリー	
水	十削艮		ンチュー	│ ^本 │じゃが芋、小麦粉、バター、片栗粉	 牛乳、鶏ひき肉	 人参、玉ねぎ	 塩
小			さつま芋の煮物	さつま芋、三温糖	十九場ので内	八多、玉140	増 昆布だし汁、醤油
	午後食	-		米			氏形だび川、西川
			^{/ にが} じゃが芋のすまし汁	ーパー じゃが芋			 昆布だし汁、醤油
			しらすと野菜の煮物		しらす干し	 玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油
08	午前食	1	7倍粥	*			
木			ほうれん草の味噌汁			ほうれん草	煮干し・昆布だし汁、米みそ
			鶏肉と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食	1	7倍粥	*			
		2	キャベツのすまし汁		カットわかめ	キャベツ	昆布だし汁、醤油
		3	豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油
	午前食			*			
金			キャベツの味噌汁			キャベツ	煮干し・昆布だし汁、米みそ
		_	白身魚と野菜の煮物	片栗粉、三温糖 	カレイ	かぶ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食			*		4.174 . T.4.4"	
			かぼちゃのすまし汁	 上西州 一泊城	90000000000000000000000000000000000000	かぼちゃ、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
10	午前食	_	高野豆腐と野菜のそぼろ煮 7倍器	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉、高野豆腐	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油
10	אניה ו		わかめのスープ		カットわかめ	 玉ねぎ	 昆布だし汁、醤油
_			ツナと野菜の煮物	 片栗粉、三温糖	ツナ缶	かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食			米	7714	70.01.01.01	D.P.COTT EM
			さつま芋の味噌汁	· さつま芋			煮干だし汁、米みそ
		3	高野豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	高野豆腐	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油
12	午前食	1	7倍粥	*			
月		2	大根の味噌汁			大根	煮干し・昆布だし汁、米みそ
			豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	人参、玉ねぎ、ほうれん草	昆布だし汁、醤油
	午後食			*			
			わかめのすまし汁		カットわかめ	玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
12	生益金	_	肉団子と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	大根、人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油
	午前食		^{/ 信物} ほうれん草のスープ	*		 玉ねぎ、ほうれん草	 昆布だし汁、醤油
火			は J1 (の早のスープ 鮭とじゃが芋の味噌煮	┃ ┃じゃが芋、片栗粉、三温糖	生鮭	大参	昆布だし汁、米みそ
	午後食			プルマンホワイト		N9	ETI/CO/TC/NO/C
			内団子のスープ	片栗粉	り 鶏ひき肉	 人参、玉ねぎ、ほうれん草	 昆布だし汁、醤油
			じゃが芋煮	じゃが芋、三温糖		1,5,2,5,40+	昆布だし汁、醤油
14	午前食	-		*			· ·
水		2	チンゲン菜の味噌汁			もやし、チンゲン菜	煮干し・昆布だし汁、米みそ
		3	ツナと野菜の煮物	さつま芋、片栗粉、三温糖	ツナ缶	人参	昆布だし汁、醤油
	午後食		煮込みうどん	干しうどん	鶏ひき肉	人参、チンゲン菜、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油
	<u> </u>	1	さつま芋の甘煮	さつま芋、三温糖			昆布だし汁
l .	午前食			*		1. 23	
木			かぶのすまし汁		5000 土土	かぶ	かつお・昆布だし汁、醤油
	上从个		かぼちゃのそぼろ煮	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食			プルマンホワイト	。 给一一一一一一一一一一一	エカギ ナムベル 1名 小が幸	
			豆腐と野菜のスープ かぼちゃの煮物	 三温糖	絹ごし豆腐	玉ねぎ、キャベツ、人参、小松菜 かぼちゃ	昆布だし汁、醤油 昆布だし汁、醤油
16	午前食	-	味噌煮込みうどん	二価値 干しうどん	 鶏ひき肉	もやし、人参、キャベツ	
金			じゃが芋煮	ー しゃが芋、三温糖	,		昆布だし汁、醤油
-11	午後食			米			
			キャベツのスープ			キャベツ	昆布だし汁、醤油
		3	白身魚とじゃが芋の煮物	じゃが芋、片栗粉、三温糖	カレイ	人参	昆布だし汁、醤油
17	午前食	1	7倍粥	*			
土		2	わかめと玉ねぎのすまし汁		カットわかめ	玉ねぎ	かつお・昆布だし汁、醤油
		1	鶏肉と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油
	午後食		7倍粥	*			
			キャベツの味噌汁	L = 4/1 - 10 4rt	_\	キャベツ	煮干だし汁、米みそ
		(3)	ツナと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	ツナ缶	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油

田			材料名				
/	時間帯	献立	黄	赤	緑		
曜		. . . —	熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他	
19	午前食	① 7倍粥	米				
月		② さつま芋の味噌汁	さつま芋			煮干し・昆布だし汁、米みそ	
		③ 白身魚と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	カレイ	人参、玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
	午後食	① 7倍粥	*				
		② キャベツのすまし汁			 玉ねぎ、キャベツ	↓ □昆布だし汁、醤油	
		③ さつま芋のそぼろ煮	」 さつま芋、片栗粉、三温糖	 鶏ひき肉	人参	昆布だし汁、醤油	
20	午前食	① 7倍粥	米)		D. Fredrich L.	
火	1 13320	② かぼちゃのスープ			 かぼちゃ、玉ねぎ	 昆布だし汁、醤油	
		③ 肉団子と野菜のケチャップ煮	 片栗粉、三温糖	 鶏ひき肉	ブロッコリー、人参	昆布だし汁、ケチャップ	
	年後 食	① 煮込みうどん	干しうどん	高野豆腐			
	IXX	② ゆでブロッコリー	103270		ブロッコリー	氏がたびれて西川	
21	ケ並会				70939-		
	十則艮	① 7倍粥 ② 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44 3.44		仕 切		1/=	
水		② シチュー	じゃが芋、小麦粉、バター、片栗粉	牛乳、鶏ひき肉 	人参、玉ねぎ	塩	
	-// A	③ さつま芋の煮物	さつま芋、三温糖			昆布だし汁、醤油 	
	午後食	① 7倍粥	*			_	
		② じゃが芋のすまし汁	じゃが芋			昆布だし汁、醤油	
		③ しらすと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	しらす干し	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油	
	午前食	① 7倍粥	米				
木		② ほうれん草の味噌汁			ほうれん草	煮干し・昆布だし汁、米みそ	
		③ 鶏肉と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油	
	午後食	① 7倍粥	米				
		② キャベツのすまし汁		カットわかめ	キャベツ	昆布だし汁、醤油	
		③ 豆腐と野菜の煮物	 片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油	
23	午前食	① 7倍粥	*************************************	1			
金		② キャベツの味噌汁			キャベツ	 煮干し・昆布だし汁、米みそ	
-11.		③ 白身魚と野菜の煮物	 	カレイ	かぶ、人参	昆布だし汁、醤油	
		① 7倍粥	米	750 1		D.F.COTT CALL	
		② かぼちゃのすまし汁			 かぼちゃ、玉ねぎ	 昆布だし汁、醤油	
		③ 高野豆腐と野菜のそぼろ煮	 片栗粉、三温糖	 鶏ひき肉、高野豆腐	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油	
24	ケ並会	① 7倍粥	米	海() こ内、同封立原	十八八八多	比別にひれ、醤畑	
	十刖艮		<u></u>		T+0 **		
土		② わかめのスープ	11 == 1/4 - SG tirt	カットわかめ	玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
	- /// ^	③ ツナと野菜の煮物	片栗粉、三温糖	ツナ缶	かぼちゃ、人参 	昆布だし汁、醤油 	
	十後茛	① 7倍粥	*				
		② さつま芋の味噌汁	さつま芋			煮干だし汁、米みそ	
		③ 高野豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	高野豆腐	玉ねぎ、人参	昆布だし汁、醤油	
	午前食	① 7倍粥	*				
月		② 大根の味噌汁			大根	煮干し・昆布だし汁、米みそ	
		③ 豆腐と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	絹ごし豆腐	人参、玉ねぎ、ほうれん草	昆布だし汁、醤油	
	午後食	① 7倍粥	米				
		② わかめのすまし汁		カットわかめ	玉ねぎ	昆布だし汁、醤油	
		③ 肉団子と野菜の煮物	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	大根、人参、ほうれん草	昆布だし汁、醤油	
27	午前食	① 7倍粥	*				
火		② ほうれん草のスープ			 玉ねぎ、ほうれん草	↓ 【昆布だし汁、醤油	
•		③ 鮭とじゃが芋の味噌煮	 じゃが芋、片栗粉、三温糖	生鮭	人参	昆布だし汁、米みそ	
	午後食	① パン粥	プルマンホワイト				
	~	② ハン病	片栗粉	 鶏ひき肉	 人参、玉ねぎ、ほうれん草	 昆布だし汁、醤油	
		③じゃが芋煮	じゃが芋、三温糖	NO C P 3	ハシ、エはこいのフェリリ干	昆布だし汁、醤油	
29	午前 會	① 7倍粥	米				
水	口的及	① / 行物 ② チンゲン菜の味噌汁			 もやし、チンゲン菜	 煮干し・昆布だし汁、米みそ	
ハノ			ナンキギ 下亜松 二治癖	W+午			
	ケ※◆	③ ツナと野菜の煮物	さつま芋、片栗粉、三温糖 エレネビ4	ツナ缶	人参・エンゲン英・エカギ	昆布だし汁、醤油	
	十仮艮	① 煮込みうどん	干しうどん	鶏ひき肉	人参、チンゲン菜、玉ねぎ 	昆布だし汁、醤油	
2.2	F-24_^	② でつま芋の甘煮	_ さつま芋、三温糖 - 、、			昆布だし汁	
	十前食	① 7倍粥	米		1. 54		
木		②かぶのすまし汁			かぶ	かつお・昆布だし汁、醤油	
		③ かぼちゃのそぼろ煮	片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	かぼちゃ、人参	昆布だし汁、醤油	
	午後食	① パン粥	プルマンホワイト				
		② 豆腐と野菜のスープ		絹ごし豆腐	玉ねぎ、キャベツ、人参、小松菜	昆布だし汁、醤油	
		③ かぼちゃの煮物	三温糖		かぼちゃ	昆布だし汁、醤油	
	午前食	① 味噌煮込みうどん	干しうどん	鶏ひき肉	もやし、人参、キャベツ	昆布だし汁、米みそ	
金		② じゃが芋煮	じゃが芋、三温糖			昆布だし汁、醤油	
	午後食	① 7倍粥	米				
		② キャベツのスープ			キャベツ	昆布だし汁、醤油	
		③ 白身魚とじゃが芋の煮物	じゃが芋、片栗粉、三温糖	カレイ	人参	昆布だし汁、醤油	
31	午前食	① 7倍粥	*				
土 土		② わかめと玉ねぎのすまし汁		カットわかめ	 玉ねぎ	かつお・昆布だし汁、醤油	
_		③ 鶏肉と野菜の煮物	 片栗粉、三温糖	鶏ひき肉	キャベツ、人参	昆布だし汁、醤油	
	午後會	① 7倍粥	米			2011.00/11 B/H	
	一汉及				4	***************************************	
		② キャベツの味噌汁		1	1エカベツ	有十万 1十 米水子	
		② キャベツの味噌汁 ③ ツナと野菜の煮物	 片栗粉、三温糖	 ツナ缶	キャベツ 玉ねぎ、人参	煮干だし汁、米みそ 昆布だし汁、醤油	

※園の行事、その他の都合で、献立を変更する場合があります。