

令和5年5月献立表（中期・モグモグ期）

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|-----------------------------------|--------------------------------|------------------------------|---|-------------------------------|----------------------------------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 具だくさん粥 カレイのうま煮 野菜スープ | 7倍粥 お麩と小松菜の煮物 野菜スープ | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | 野菜うどん 青菜のとろりあんかけ にんじんの甘煮 |
| ミルク | ミルク | | | | ミルク |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| トマト粥 ひき肉とブロッコリーのだし煮 野菜スープ | 7倍粥 鮭とほうれん草の煮物 野菜スープ | しらす粥 ほぐしささみの野菜あん 野菜スープ | 鶏だしうどん 具だくさん炒り玉子 みかんサラダ | 7倍粥 鶏とお麩のキャベツあん 野菜スープ | あんかけうどん きざみブロッコリー 野菜スープ |
| ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 青菜粥 ささみのトマトあんかけ 野菜スープ | 7倍粥 ブロッコリーとそばろのうま煮 野菜スープ | りんご粥 鮭の小松菜あん 野菜スープ | 7倍粥 納豆の三色和え 野菜スープ | 野菜たっぷり雑炊 チキンのトマト煮 野菜スープ | そばろうどん なすの煮びたし さつまいもヨーグルト |
| ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| にんじん粥 カレイと野菜のミルク煮 野菜スープ | りんご粥 ひき肉とほうれん草和え物 野菜スープ | 7倍粥 いろいろ炒り豆腐 野菜スープ | 彩り粥 鮭のみぞれ煮 野菜スープ | 納豆粥 赤ちゃん肉じゃが 野菜スープ | しらすうどん ブロッコリーのすり流し マッシュポテト |
| ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク | ミルク |
| 29 | 30 | 31 | <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食を規則正しく食べるには、生活リズムを整えて、おながが空くリズムをつくるのが大切です。毎日決まった時間に起きて、午前中にお散歩やお部屋でたくさん遊ぶなど、生活にメリハリをつけると離乳食も一定の時間に食べることができるでしょう。できるだけ毎日同じ時間に食べることを目指しましょう。</p> | | |
| 月 | 火 | 水 | | | |
| ひすいうどん 鶏とさつまいもの甘煮 にんじんのとろろ煮 | パン粥 キャベツのそばろあん 野菜スープ | 三色粥 りんごと野菜の煮物 野菜スープ | | | |
| ミルク | ミルク | ミルク | | | |



※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

令和5年5月献立表（後期・カミカミ期）

| 1 | 2 | 3 | 4 | 5 | 6 |
|--|--|--|---|--|----------------------------------|
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 炊き込みごはん風お粥 カレーと大根の味噌煮 やわらか茶碗蒸し 赤ちゃんすまし汁 | 5倍粥 ツナと小松菜の煮物 根菜のきんぴら 赤ちゃん味噌汁 | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | 野菜うどん 青菜のとりあんかけ にんじんの甘煮 |
| こいのぼりクッキー ミルク | パンプディング ミルク | | | | 赤ちゃんせんべい ミルク |
| 8 | 9 | 10 | 11 | 12 | 13 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| トマト粥 お麩入り鶏団子 彩り野菜のおかか和え 野菜スープ | 5倍粥 鮭のクリームソース ころころポテトサラダ 野菜スープ | しらすおにぎり 鶏のチーズ焼き ブロッコリーのにんじんのソテー 赤ちゃん味噌汁 | 鶏だしうどん 具だくさんオムレツ みかんサラダ | 5倍粥 ささみとお麩の炒め煮 キャバツの玉子和え 赤ちゃん味噌汁 | あんかけうどん きざみブロッコリー 野菜スープ |
| 赤ちゃんプリン ミルク | にゅう麵 ミルク | きなこパン粥 ミルク | 野菜グラタン ミルク | 豆乳蒸しパン ミルク | チーズトースト ミルク |
| 15 | 16 | 17 | 18 | 19 | 20 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 青菜粥 ささみのトマトあんかけ きゅうりのヨーグルトサラダ 野菜スープ | 5倍粥 キャベツ入りコロッケ風おやき ブロッコリーとトマトのサラダ 赤ちゃん味噌汁 | 二色おにぎり 鮭の照り焼き ひじき入り玉子焼き 赤ちゃん味噌汁 | 5倍粥 擬製豆腐 納豆の三色和え 赤ちゃん味噌汁 | 野菜たっぷり雑炊 チキンのトマト煮 大根の青菜の和え物 野菜スープ | そばろうどん なすの煮びたし さつまいもヨーグルト |
| ちゃんぽんうどん ミルク | りんごの甘煮 ミルク | チーズじゃがいも団子 ミルク | 豆腐蒸しパン ミルク | ころころおにぎり ミルク | 赤ちゃんクッキー ミルク |
| 22 | 23 | 24 | 25 | 26 | 27 |
| 月 | 火 | 水 | 木 | 金 | 土 |
| 根菜の混ぜ粥 カレーの煮付け 青菜のツナ和え 赤ちゃん味噌汁 | りんご粥 豆腐ハンバーグ ほうれん草とひじきのナムル 野菜スープ | 5倍粥 赤ちゃん回鍋肉 コロコロサラダ くずし豆腐のスープ | ちらし寿司風粥 鮭のみぞれ煮 きゅうりと大根の和え物 赤ちゃんすまし汁 | 納豆粥 赤ちゃん肉じゃが 野菜の白和え 赤ちゃん味噌汁 | しらすうどん ブロッコリーのすり流し マッシュポテト |
| きなこの麩レンチトースト ミルク | ミルクプリン ミルク | スティックポテト ミルク | お麩ピザ ミルク | 手作りクッキー ミルク | 野菜にゅう麵 ミルク |
| 29 | 30 | 31 | <div style="border: 2px solid blue; border-radius: 15px; padding: 10px;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>3回食になると、朝昼晩と食事をとるため生活リズムが確立していきます。今までは食べる練習の意味合いがりましたが、これからは食べる楽しさを育み、興味が持てるように、野菜や食パンなどの手づかみ食べにチャレンジしていきましょう。野菜たっぷりのオムレツやくるくるに巻いたサンドイッチなどにすると食べやすくなるかもしれません。</p> <p>また、しっかりと口を動かし、飲み込んでいるか確認しながら進められるとよいでしょう。</p> </div> | | |
| 月 | 火 | 水 | | | |
| ひすいうどん ふんわり肉団子 にんじんのグラッセ | スティックパン キャベツ入りミートローフ ツナサラダ 野菜スープ | 三色粥 ホットアップルサラダ 赤ちゃんすまし汁 | | | |
| かぼちゃケーキ ミルク | 野菜雑炊 ミルク | クリームマカロニ ミルク | | | |



- ※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
- ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

令和5年5月献立表（完了期・パクパク期）

| 1 月 | 2 火 | 3 水 | 4 木 | 5 金 | 6 土 |
|--|---|--|---|--|---|
| 炊き込みごはん風お粥 カレーと大根の味噌煮 やわらか茶碗蒸し 沢煮椀 いちご | 赤ちゃんツナ丼 根菜のきんぴら 小松菜の味噌汁 ヨーグルト | 憲法記念日 | みどりの日 | こどもの日 | 野菜うどん 青菜のとろりあんかけ みかん |
| こいのぼりクッキー 麦茶 | パンプディング 麦茶 | | | | 赤ちゃんせんべい 麦茶 |
| 8 月 | 9 火 | 10 水 | 11 木 | 12 金 | 13 土 |
| トマトマカロニ 彩り野菜のおかか和え 豆乳チャウダー りんご | 赤ちゃんえびクリームライス 和風ポテトサラダ ほうれん草のスープ フルーツポンチ | しらすおにぎり 鶏のチーズ焼き ブロッコリーとにんじんのソテー 豆腐の味噌汁 りんご | 鶏だしラーメン 具だくさんオムレツ みかん | 軟飯 豚肉とお麩の炒め物 キャベツの玉子和え 新じゃがの味噌汁 メロン | あんかけうどん きざみブロッコリー 野菜スープ みかん |
| 赤ちゃんプリン 麦茶 | にゅう麺 麦茶 | きなこパン粥 麦茶 | 野菜グラタン 麦茶 | 豆乳蒸しパン 麦茶 | チーズトースト 麦茶 |
| 15 月 | 16 火 | 17 水 | 18 木 | 19 金 | 20 土 |
| 赤ちゃんハヤシライス シーザーサラダ 青菜とコーンのスープ ヨーグルト | 軟飯 キャベツ入りコロッケ風おやき ブロッコリーとトマトのサラダ 新玉ねぎの味噌汁 メロン | 二色おにぎり 鮭の照り焼き ひじき入り玉子焼き 赤ちゃん味噌汁 りんご | 軟飯 擬製豆腐 納豆の三色和え 麩の味噌汁 フルーツポンチ | 野菜たっぷり雑炊 チキンのトマト煮 大根と青菜のごま和え 野菜スープ みかん | そぼろうどん なすの煮びたし さつまいもヨーグルト |
| ちゃんぼんうどん 麦茶 | りんごの甘煮 麦茶 | チーズじゃがいも団子 麦茶 | 豆腐蒸しパン 麦茶 | ころころおにぎり 麦茶 | 赤ちゃんクッキー 麦茶 |
| 22 月 | 23 火 | 24 水 | 25 木 | 26 金 | 27 土 |
| 鶏とごぼう混ぜ粥 カレーの煮付け 青菜のツナ和え 大根の味噌汁 メロン | 軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれん草とひじきのナムル 野菜スープ りんご | 軟飯 赤ちゃん回鍋肉 千切りサラダ くずし豆腐のスープ ヨーグルト | ちらし寿司風粥 えびの天ぷら きゅうりとわかめの和え物 赤ちゃんすまし汁 5月のバースディケーキ | 納豆粥 赤ちゃん肉じゃが 野菜の白和え 赤ちゃん味噌汁 りんご | しらすうどん ブロッコリーのすり流し マッシュポテト みかん |
| きなこの麩レンチトースト 麦茶 | ミルクプリン 麦茶 | スティックポテト 麦茶 | お麩ピザ 麦茶 | 手作りクッキー 麦茶 | 野菜にゅう麺 麦茶 |
| 29 月 | 30 火 | 31 水 | <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食を保護者の方が食べさせてあげる前に、お子さんが自分で食べようとするのを、少し待ってみてはいかがでしょうか。食べる意欲のためには、手づかみメニューがおすすめです。「自分でしたい」という欲求が出てきたときに意欲が薄れてしまわないよう、手でつかんで食べやすいメニューにし、意欲を</p> | | |
| 赤ちゃん豆乳担々麺風 ふんわり肉団子 ブロッコリー メロン | スティックパン キャベツ入りミートローフ ツナサラダ 野菜スープ りんご | 三色粥 やわらかごぼうサラダ 赤ちゃんすまし汁 みかん | | | |
| かぼちゃケーキ 麦茶 | 野菜雑炊 麦茶 | クリームマカロニ 麦茶 | | | |



※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。