

令和7年 5月 離乳食献立表（午後食）

本郷ゆうし保育園

日	曜	9～11ヶ月頃 （後期）	12～15ヶ月頃 （完了期）	16ヶ月頃～ （乳児食）
1 20	木 火	かたがゆ チンゲン菜のみそ汁 豚肉とじゃが芋の煮物 ブロッコリーの煮物	昆布おにぎり チンゲン菜のみそ汁 豚肉と野菜の煮物	クッキー
2 21	金 水	かたがゆ 青菜のすまし汁 白身魚の煮物 人参と玉ねぎの煮物	すりごまおにぎり 青菜のすまし汁 白身魚と野菜の煮物	青菜とじゃこのおにぎり
7 19	水 月	かたがゆ 玉ねぎのみそ汁 鮭とさつま芋の煮物 かぶの煮物	ワカメおにぎり 玉ねぎのみそ汁 鮭と野菜の煮物	人参チーズ蒸しパン
8 22	木	かたがゆ ねぎのみそ汁 豆腐とキャベツの煮物 人参の煮物	おかかおにぎり ねぎのみそ汁 豆腐と野菜の煮物	五平餅
9 23	金	煮込みめん（チンゲン菜） 鶏肉とかぼちゃの煮物 ブロッコリーのおかか煮	煮込みめん（チンゲン菜） 鶏肉と野菜のおかか煮	フォー風にゅうめん
10 24	土	トースト ねぎのスープ ツナとじゃが芋の煮物 キャベツの煮物	トースト ねぎのスープ ツナと野菜の煮物	ココアトースト
12 26	月	かたがゆ ワカメのスープ 鮭と人参の煮物 大根の煮物	ゆかりおにぎり ワカメのスープ 鮭と野菜の煮物	牛乳プリン
13 27	火	かたがゆ あさつきのみそ汁 豚肉と人参の煮物 かぶの煮物	すりごまおにぎり あさつきのみそ汁 豚肉と野菜の煮物	お麩のラスク
14 28	水	煮込みめん（白菜） ツナとかぼちゃの煮物 人参の煮物	煮込みめん（白菜） ツナと野菜の煮物	ヨーグルトケーキ
15 29	木	かたがゆ ねぎのすまし汁 白身魚の煮物 さつま芋と青菜の煮物	昆布おにぎり ねぎのすまし汁 白身魚と野菜の煮物	おさつスティック
16 30	金	トースト 青菜のスープ 鶏肉とキャベツの煮物 ブロッコリーの煮物	トースト 青菜のスープ 鶏肉と野菜のソテー	芋もち
17 31	土	かたがゆ 白菜のスープ しらすとかぼちゃの煮物 大根の煮物	梅おにぎり 白菜のスープ しらすと野菜の煮物	梅しらすおにぎり
盛付け量の目安		主食 大さじ3 汁物 5 おかず 3 おかず 3	主食 大さじ3 汁物 7 主菜 3	ごはん類 60g パン類 30～40g 汁物 120cc
☆完了期食では朝の水分補給時に牛乳を提供しますが、その他の食事形態・時間帯・食事時には麦茶を提供します。 ☆豚肉・鶏肉はひき肉を、完了期食に使用するきゅうり・トマトは皮をむいてボイルしたものを使用しています。				