

離乳食献立表

2026年5月 岡部聖母保育園

	12カ月ごろ～	おやつ
1 (金)	ひじきご飯 鶏肉のさっぱり煮 豆腐のすまし汁 キウイフルーツ 米、酒、塩、ひじき、人参、豚挽肉、醤油、砂糖 鶏肉、酢、砂糖、醤油、生姜、にんにく、片栗粉 豆腐、人参、葉葱、だし汁、醤油 キウイフルーツ	牛乳 または りんごジュース
4(月)	みどりの日	
5(火)	こどもの日	
6(水)	振替休日	
7 (木)	ハンバーグ 野菜とツナの煮びたし 野菜入りかきたま汁 鶏挽肉、豚挽肉、玉葱、パン粉、塩、こしょう、ケチャップ 人参、胡瓜、玉葱、ツナ、砂糖、醤油 玉葱、人参、小松菜、卵、コンソメ、塩	ホットケーキ ホットケーキミックス、卵、豆乳
8 (金)	ポトフ キャベツの煮びたし ヨーグルト 鶏肉、人参、玉葱、じゃが芋、油、スキムミルク、りんご キャベツ、胡瓜、人参、油、酢、砂糖、塩 ヨーグルト	バナナ
11 (月)	焼き魚 煮びたし 味噌汁 鮭、塩 人参、胡瓜、すりごま、酢、砂糖、塩 白葱、若布、味噌、だし汁	しらすごはん 米、しらす、葉葱、鰹節、醤油
12 (火)	ポークビーンズ キャベツとひじきの煮びたし バナナ 茹で大豆、豚肉、じゃが芋、人参、玉葱、トマトジュース、ケチャップ、砂糖、塩、パセリ キャベツ、ひじき、人参、ツナ、酢、油、砂糖、塩 バナナ	食パン
13 (水)	煮魚 胡瓜の煮びたし じゃが芋のトマトスープ 鯖、砂糖、醤油、酒 胡瓜、若布、ツナ、すりごま、酢、砂糖 じゃが芋、玉葱、人参、マカロニ、トマト缶、塩、こしょう、コンソメ	ヨーグルト または 豆乳ババロア
14 (木)	三食そぼろ丼 切干大根の煮びたし 南瓜の味噌汁 米、鶏挽肉、卵、ほうれん草、醤油、生姜、酒、砂糖、塩、ごま油 切干大根、人参、胡瓜、鶏ささみ、砂糖、醤油、酢、ごま油 南瓜、玉葱、葉葱、味噌、だし汁	さつまいも
15 (金)	鶏肉煮 キャベツの煮びたし 大根のスープ 鶏肉、醤油、みりん、にんにく、片栗粉 キャベツ、人参、ツナ、酢、砂糖 大根、ほうれん草、ごま油、コンソメ、塩	クッキー 小麦粉、マーガリン、砂糖、牛乳、ベーキングパウダー
18 (月)	シーチキンピラフ 鶏肉のマーマレード煮 ブロッコリーの煮びたし レタススープ 米、ツナ、玉葱、人参、バター、コンソメ、パセリ 鶏肉、マーマレード、醤油、にんにく ブロッコリー、醤油、すりごま レタス、玉葱、人参、コンソメ、塩	ヨーグルトケーキ 小麦粉、砂糖、ベーキングパウダー、ごま マーガリン、ヨーグルト、たまご
19 (火)	新じゃがと焼き豆腐の炒め煮 大根の煮びたし すまし汁 じゃが芋、玉葱、人参、絹さや、焼き豆腐、豚肉、油、砂糖、酒、みりん、醤油 大根、胡瓜、酢、砂糖 人参、葉葱、だし汁、醤油	食パン
20 (水)	煮魚 ほうれん草のおかか和え お麩のスープ 鮪、酢、玉葱、砂糖、ごま、醤油 ほうれん草、しらす、醤油、鰹節 焼き麩、葉葱、コンソメ、塩	じゃが丸 じゃが芋、人参、パセリ粉、塩、片栗粉

21 (木)	焼きそば 手作りチキンナゲット かぶのスープ	中華麺、キャベツ、豚肉、人参、玉葱、ピーマン、油、塩、こしょう 鶏挽肉、豆腐、小麦粉、塩、コンソメ、油 かぶ、玉葱、人参、コンソメ、塩	おにぎり 米、味噌、砂糖、みりん、すりごま
22 (金)	ツナオムレツ リヨネーズポテト ほうれん草のスープ	ツナ、卵、にんじん、玉葱、いんげん、バター、塩、こしょう じゃが芋、玉葱、人参、バター、塩、パセリ粉 ほうれん草、人参、コンソメ、塩	ヨーグルト
25 (月)	煮込みスパゲティ 胡瓜の煮びたし コロッケ	スパゲティ、鶏肉、にんにく、玉葱、人参、ピーマン、コンソメ、塩、こしょう 胡瓜、若布、酢、砂糖 コロッケ	おにぎり 米、ゆかり
26 (火)	雷豆腐 胡瓜のトマト煮 スープ	豆腐、豚挽肉、人参、玉葱、ごぼう、砂糖、醤油、酒、ごま油、ごま、片栗粉 胡瓜、玉葱、トマト、酢、砂糖、醤油、油 豚肉、葉葱、コンソメ、塩	小松菜とさつま芋のカップケーキ 小麦粉、ベーキングパウダー、バター、砂糖 卵、小松菜、さつま芋
27 (水)	白身魚と野菜煮 磯和え 春雨のかきたま汁	しいら、玉葱、人参、砂糖、醤油、片栗粉 ほうれん草、醤油、焼きのり、みりん 春雨、人参、卵、葉葱、だし汁、醤油、塩、片栗粉	さつま芋
28 (木)	豚肉の味噌漬け焼き 新じゃがのバター炒め そうめんのすまし汁	豚肉、味噌、醤油、酒、砂糖、玉葱 じゃが芋、ピーマン、ツナ、バター、塩、こしょう そうめん、人参、葉葱、だし汁、醤油	バナナ
29 (金)	鶏肉煮 華風和え オニオンスープ	鶏肉、砂糖、醤油、片栗粉 ほうれん草、人参、春雨、ごま油、砂糖、醤油、酢、ごま 玉葱、人参、鶏肉、コンソメ、塩	食パン

* 献立の月齢は目安です。あくまでも、食材や調味料は個人の離乳食チェック表に基づいて使用させていただきますので、献立が前後する場合があります。

* 午後のおやつはお子さんの月齢や食事の様子を見て、順次提供していきます。