

5月離乳食こんだてひょう



令和8年度 5月号
あいさり認定こども園

| 日 | 曜日 | ゴックン期(6ヵ月頃) | モグモグ期(7~9ヶ月) | | カミカミ期(10~11ヶ月頃) | | パクパク期(12ヶ月~) | | | |
|----|----|-------------|-------------------------------------|-------|--|--------------|--------------|--|---------------|--|
| | | お昼 | お昼 | 午後おやつ | お昼 | 午後おやつ | 午前おやつ | お昼 | 午後おやつ | |
| 1 | 金 | | 5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 せんべい | 牛乳 スティックパン | ポークカレー スナックエンドウのサラダ パナナヨーグルト | 麦茶 ビスケット | |
| 2 | 土 | | 5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 せんべい | 麦茶 おやつ | 豚肉と野菜の旨煮 果物 | 麦茶 せんべい | |
| 3 | 日 | | | | | | | | | |
| 4 | 月 | | | | | | | | | |
| 5 | 火 | | | | | | | | | |
| 6 | 水 | | | | | | | | | |
| 7 | 木 | | 5倍粥 カレイの煮つけ 小松菜納豆和え 豆腐スープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ 小松菜納豆和え 豆腐スープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 おこさませんべい | 麦飯 ほっけの焼き魚 ブロッコリー胡麻マヨサラダ きんぴらごぼう みそ汁 | 牛乳 パンケーキ | |
| 8 | 金 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 じゃがいもマッシュ 豆腐と人参スープ | ミルク | 軟飯 鶏ささみだし煮 じゃがいもマッシュ 人参ときゅうりの和え物 豆腐と人参のスープ | 麦茶 きな粉ヨーグルト | 牛乳 ウエハース | 麦飯 アスパラ入りつくね 切干大根のサラダ 春雨そぼろ炒め みそ汁 ヨーグルト | 牛乳 マカロニきな粉 | |
| 9 | 土 | | 5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 せんべい | 麦茶 おやつ | ポークケチャップ 果物 | 麦茶 せんべい | |
| 10 | 日 | | | | | | | | | |
| 11 | 月 | | 5倍粥 カレイの煮つけ 小松菜の煮物 豆腐スープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ 小松菜の煮物 きゅうりと人参のサラダ 豆腐スープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 ヨーグルト | 麦飯 鮭の青のり焼き アスパラマヨサラダ 小松菜の炒め煮 みそ汁 果物 | 牛乳 ツナサンド | |
| 12 | 火 | | 5倍粥 カレイの煮つけ 人参ツナ和え 豆腐スープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ 人参ツナ和え 豆腐スープ | 麦茶 きな粉パンがゆ | 麦茶 ハイハイ | 麦飯 さわらの照り焼き 切干大根そぼろ炒め ひじきのサラダ みそ汁 | 牛乳 黒ゴマきな粉蒸しパン | |
| 13 | 水 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ | ミルク | 煮込みスパゲティ ブロッコリー煮 野菜スープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 おこさませんべい | ナポリタンスパゲティ ブロッコリーのサラダ 野菜スープ パナナ | 牛乳 桃サンド | |
| 14 | 木 | | 5倍粥 カレイの煮つけ かぶの煮物 豆腐とほうれん草のスープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ かぶの煮物 豆腐とほうれん草のスープ | 麦茶 煮込みそうめん | 牛乳 ビスケット | わかめご飯 さばの味噌煮 かぶのそぼろあん 春雨サラダ すまし汁 ヨーグルト | 麦飯 豆乳チャンポン | |
| 15 | 金 | | 親子遠足 | | | | | | | |
| 16 | 土 | | 5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 せんべい | 麦茶 おやつ | 麦飯 ビビンバ 果物 | 麦茶 せんべい | |
| 17 | 日 | 対象なし | | | | | | | | |
| 18 | 月 | | 納豆がゆ カレイ煮つけ キャベツと人参煮 豆腐と大根のスープ | ミルク | 納豆ごはん カレイ煮つけ キャベツと人参煮 豆腐と大根のスープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 ハイハイ | 麦飯 赤魚の焼き魚 キャベツとわかめの和え物 スタミナ納豆 みそ汁 果物 | 牛乳 ジャムサンド | |
| 19 | 火 | | 5倍粥 カレイの焼き魚 じゃがいもマッシュ かぶとブロッコリースープ | ミルク | 軟飯 カレイの焼き魚 じゃがいもマッシュ ブロッコリー煮 かぶとブロッコリーのスープ | 麦茶 ツナごはん | 麦茶 おこさませんべい | 麦飯 カレイの塩焼き 粉ふきいも ブロッコリーおかか和え かぶスープ ヨーグルト | 麦茶 豚丼 | |
| 20 | 水 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 野菜煮 人参スープ | ミルク | 軟飯 鶏ささみだし煮 野菜煮 人参スープ | 麦茶 じゃがいもマッシュ | 牛乳 スティックパン | ゆかりご飯 アスパラ肉巻き マーボー茄子 もやしのナムル 切干大根スープ 果物 | 牛乳 じゃがまる | |
| 21 | 木 | | 5倍粥 カレイの煮つけ ほうれん草しらす和え 豆腐とキャベツのスープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ ほうれん草しらす和え 豆腐とキャベツのスープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 ビスケット | 麦飯 あじの塩焼き 根菜おかか炒め ほうれん草しらす和え みそ汁 | 牛乳 ホットケーキ | |
| 22 | 金 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 じゃがいもマッシュ 野菜スープ | ミルク | 軟飯 鶏ささみだし煮 じゃがいもときゅうり和え 野菜スープ | 麦茶 パンがゆ | 牛乳 ウエハース | 麦飯 ピーマンの肉詰め ポテトサラダ 豚汁 果物 | 牛乳 ヨーグルト | |
| 23 | 土 | | 5倍粥 ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 せんべい | 麦茶 おやつ | ポークカレー 果物 | 麦茶 せんべい | |
| 24 | 日 | | | | | | | | | |
| 25 | 月 | | 5倍粥 カレイの煮つけ ほうれん草納豆和え 豆腐と人参のスープ | ミルク | 軟飯 ほっけ焼き ほうれん草納豆和え 豆腐と人参のスープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 ハイハイ | 麦飯 ほっけみそ焼き ピーマンとなすのひき肉炒め 三色納豆 みそ汁 果物 | 牛乳 ココアパンケーキ | |
| 26 | 火 | | 5倍粥 カレイの煮つけ じゃがいも煮物 人参スープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ じゃがいも煮物 きゅうりとツナの和え物 人参スープ | 麦茶 パンがゆ | 麦茶 おこさませんべい | 麦飯 赤魚の照り焼き じゃがいもそぼろ煮 ひじきのツナサラダ みそ汁 | 牛乳 ツナトースト | |
| 27 | 水 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 じゃがいもマッシュ 人参とじゃがいものスープ | ミルク | 軟飯 鶏ささみだし煮 じゃがいもマッシュ マカロニ和え物 人参とじゃがいものスープ | 麦茶 せんべい | 牛乳 ビスケット | 麦飯 鶏肉パン粉焼き 粉ふきいも マカロニサラダ わかめスープ 果物 | 麦茶 ビーフン | |
| 28 | 木 | | 5倍粥 カレイの煮つけ 大根の煮物 ほうれん草煮 豆腐とキャベツスープ | ミルク | 軟飯 カレイの煮つけ 大根の煮物 ほうれん草煮 豆腐とキャベツスープ | 麦茶 せんべい | 麦茶 ヨーグルト | わかめご飯 さわらの青のり焼き 大根の煮物 ほうれん草胡麻和え みそ汁 果物 | 牛乳 ジャムサンド | |
| 29 | 金 | | 5倍粥 鶏ささみだし煮 野菜煮 豆腐とかぶのスープ | ミルク | 軟飯 鶏ささみだし煮 野菜煮 きゅうりとツナの和え物 豆腐とかぶのスープ | 麦茶 パナナヨーグルト | 牛乳 ウエハース | 麦飯 鶏ささみだし煮 ひじきの煮物 人参サラダ みそ汁 ヨーグルト | 牛乳 ビスケット | |
| 30 | 土 | | 5倍粥 ささみと野菜の旨煮 | ミルク | 軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮 パナナ | 麦茶 お子様せんべい | 麦茶 おやつ | 麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 果物 | 麦茶 せんべい | |
| 31 | 日 | | | | | | | | | |

※都合により献立内容が変更する場合がありますので、予めご了承下さい。