



2023年 5月 離乳食メニュー



		初期(ごっくん期) 6ヶ月	中期(モグモグ期) 7~8ヶ月	後期・完了(カミカミ・パクパク期) 9~15ヶ月	完了おやつ
1	月	お粥 しらすと人参・小松菜	お粥 しらすと人参・小松菜	ご飯 ミンチの野菜煮 小松菜の味噌汁	おにぎり
2	火	お粥 豆腐と人参・ほうれん草	お粥 豆腐と人参・ほうれん草	ご飯 鯖の野菜煮 豆腐の味噌汁	おにぎり
3	水				
4	木				
5	金				
6	土	お粥 カレイとかぼちゃ・小松菜	お粥 カレイとかぼちゃ・小松菜	ご飯 カレイの野菜煮 小松菜の味噌汁	紫いもチップ
7	日				
8	月	お粥 カレイと人参・かぼちゃ パナナ	お粥 鮭と人参・かぼちゃ 豆腐のお汁 パナナ	ご飯 鮭の野菜煮 豆腐とわかめの味噌汁 パナナ	おにぎり
9	火	お粥 豆腐とほうれん草・人参	お粥 豆腐とほうれん草・人参 野菜のお汁	ご飯 肉団子の野菜煮 豆腐のお汁	蒸しパン
10	水	しらすと野菜のうどん じゃがいも オレンジ	しらすと野菜のうどん じゃがいも オレンジ	しらすと野菜のうどん じゃが芋そぼろ煮 オレンジ	おにぎりい
11	木	お粥 しらすとほうれん草・たまねぎ・人参	お粥 しらすとほうれん草・たまねぎ・人参 野菜のお汁	ご飯 鯖の野菜煮 野菜の味噌汁	ホットケーキ
12	金	お粥 人参・チンゲン菜	お粥 人参・チンゲン菜 野菜のお汁	お粥 豚の野菜煮 大根の味噌汁	きな粉おにぎり
13	土	お粥 カレイと小松菜・人参・たまねぎ	お粥 カレイと小松菜・人参・たまねぎ 野菜のお汁	お粥 豚の野菜煮 玉ねぎの味噌汁	赤ちゃんせんべい
14	日				
15	月	お粥 カレイとかぼちゃ・チンゲン菜 オレンジ	お粥 カレイとかぼちゃ・チンゲン菜 野菜のお汁 オレンジ	ご飯 カレイの野菜煮 かぼちゃの味噌汁 オレンジ	おにぎり
16	火	お粥 しらすと人参・キャベツ	お粥 鶏と人参・キャベツ 野菜のお汁	ご飯 鶏の野菜煮 えのきの味噌汁	赤ちゃんせんべい
17	水	お粥 カレイと人参・ほうれん草	お粥 カレイと人参・ほうれん草 野菜のお汁	お粥 カレイの野菜煮 キャベツの味噌汁	紫芋チップ
18	木	お粥 豆腐と人参・玉ねぎ・ほうれん草	お粥 豆腐と人参・ほうれん草 野菜のお汁	ご飯 鯖の野菜煮 豆腐のお汁	マカロニきな粉
19	金	お粥 しらすと人参・ほうれん草	お粥 鶏とほうれん草・じゃがいも そうめんのお汁	ご飯 鶏のじゃが芋煮 そうめんの味噌汁	五平餅
20	土	お粥 カレイと大根・ほうれん草	お粥 鶏と大根・ほうれん草 野菜のお汁	お粥 豚の野菜煮 ほうれん草の味噌汁	紫いもチップ
21	日				
22	月	お粥 しらすと人参・じゃがいも・たまねぎ	お粥 鶏と人参・じゃがいも・たまねぎ 野菜のお汁	ご飯 鶏と野菜煮 じゃがいもの味噌汁	おにぎり
23	火	お粥 カレイと人参・大根・白菜 パナナ	お粥 カレイと人参・大根・白菜 野菜のお汁 パナナ	ご飯 鯖の野菜煮 ぶた汁 パナナ	人参ホットケーキ
24	水	ベビーフード	ベビーフード	ベビーフード(後期)・お弁当(完了期)	赤ちゃんせんべい
25	木	お粥 豆腐とじゃがいも・ほうれん草	お粥 鮭とじゃがいも・ほうれん草 キャベツの味噌汁	ご飯 鮭の野菜煮 キャベツの味噌汁	おにぎり
26	金	しらすと野菜のうどん レバー オレンジ	しらすと野菜のうどん レバー オレンジ	豚と野菜のうどん レバー オレンジ	おにぎり
27	土	お粥 豆腐と人参・キャベツ	お粥 豆腐と人参・キャベツ 野菜のお汁	ご飯 ミンチと豆腐の野菜煮 たまねぎの味噌汁	紫芋チップ
28	日				
29	月	お粥 カレイと人参・玉ねぎ	お粥 カレイと人参・玉ねぎ 野菜のお汁	ご飯 鯖の野菜煮 かんぴょうの味噌汁	お好み焼き
30	火	お粥 しらすとじゃがいも・ブロッコリー パナナ	お粥 しらすとじゃがいも・ブロッコリー 野菜のお汁 パナナ	赤飯 牛肉の野菜煮 野菜のお汁	ホットケーキ
31	水	お粥 豆腐と人参・小松菜・玉ねぎ	お粥 豆腐と人参・小松菜・玉ねぎ 野菜のお汁	ご飯 シーチキンがんと 野菜の味噌汁	おにぎり

※弁当日は初期～後期は衛生面を考慮し、園がベビーフードをご用意します。

完了期はお弁当をご持参頂きますようお願い致します。