

5月 献立表 離乳食(初期)

2025 年 5 月

ミモザはまでらこども園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎昼おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 木	つぶしがゆ しらすのペースト じゃがいものペースト 玉ねぎのペースト		釜揚げしらす	玉ねぎ	精白米、じゃがいも	
2 金	つぶしがゆ しらすのペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト		釜揚げしらす	人参	精白米、じゃがいも	
7 水	つぶしがゆ 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト にんじんのペースト		絹ごし豆腐	玉ねぎ、人参	精白米	
8 木	つぶしがゆ しらすのペースト にんじんのペースト 小松菜のペースト		釜揚げしらす	人参、小松菜	精白米	
9 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト 春キャベツのペースト じゃがいものペースト		鯛	春キャベツ	精白米、じゃがいも	
10 土	うどんペースト(しらす) キャベツのペースト		釜揚げしらす	ほうれん草、人参、キャベツ	うどん	
12 月	つぶしがゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト さつまいものペースト		鯛	人参	精白米、さつまいも	
13 火	つぶしがゆ 豆腐のペースト にんじんのペースト キャベツのペースト		絹ごし豆腐	人参、キャベツ	精白米	
14 水	うどんペースト(しらす) ほうれん草のペースト		釜揚げしらす	キャベツ、人参、ほうれん草	うどん	
15 木	つぶしがゆ 白身魚のペースト かぼちゃのペースト 大根のペースト		鯛	かぼちゃ、大根	精白米	
16 金	つぶしがゆ 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト にんじんのペースト		絹ごし豆腐	ブロッコリー、人参	精白米	
17 土	うどんペースト(しらす) じゃがいものペースト		釜揚げしらす	白菜、人参	うどん、じゃがいも	
19 月	つぶしがゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト		絹ごし豆腐	人参	精白米、じゃがいも	
20 火	つぶしがゆ しらすのペースト 白菜のペースト にんじんのペースト		釜揚げしらす	白菜、人参	精白米	

21 水	つぶしがゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト キャベツのペースト		絹ごし豆腐	キャベツ	精白米、じゃがいも	
22 木	つぶしがゆ しらすのペースト 玉ねぎのペースト ほうれん草のペースト		釜揚げしらす	玉ねぎ、ほうれん草	精白米	
23 金	つぶしがゆ 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト ほうれん草のペースト		鯛	ブロッコリー、ほうれん草	精白米	
24 土	うどんペースト(しらす) さつまいものペースト		釜揚げしらす	キャベツ、人参	うどん、さつまいも	
26 月	うどんペースト(しらす) キャベツのペースト		釜揚げしらす	玉ねぎ、人参、キャベツ	うどん	
27 火	つぶしがゆ 白身魚のペースト にんじんのペースト 小松菜のペースト		鯛	人参、小松菜	精白米	
28 水	つぶしがゆ 豆腐のペースト じゃがいものペースト にんじんのペースト		絹ごし豆腐	人参	精白米、じゃがいも	
29 木	うどんペースト(しらす) じゃがいものペースト		釜揚げしらす	玉ねぎ、人参	うどん、じゃがいも	
30 金	つぶしがゆ しらすのペースト にんじんのペースト かぼちゃのペースト		釜揚げしらす	人参、かぼちゃ	精白米	