

5月 献立表 離乳食(完了期)

2021年 5月

妻田フェルマータ保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (◎朝おやつ◎午後お)	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 土	お子様スパゲティ じゃがいものスープ バナナ	○ビスコ ○牛乳(未満児朝おやつ) ◎牛乳 ◎ビスケット	鶏ひき肉、牛乳	ごまつな、たまねぎ、キャベツ、 スイートコーン、バナナ	スパゲティ、オリーブ油、じゃ がいも	トマトケチャップ、食塩、鶏 がらだし、ビスコ、マリービ スケット
6 木	チキンカレー 大豆のころころサラダ オレンジ	○塩せんべい ◎蒸しさつまいも ◎牛乳	鶏もも肉、大豆水煮缶	たまねぎ、にんじん、きゅうり、 パレンシアオレンジ	うるち米、じゃがいも、炒め油、 ソフトサラダ、さつまいも	水、カレールウ、マヨドレ、 こいくちしょうゆ
7 金	ごはん(完了) 鮭のコーンマヨ焼き ブロッコリーのツナ和え 野菜スープ	○クラッカー ◎焼きうどん ◎牛乳	さけ、ツナ缶、豚ひき肉、かつお 節	スイートコーン、ブロッコリー、た まねぎ、チンゲンサイ、だいこ ん、にんじん、キャベツ、青ピー マン	うるち米、上白糖、うどん、炒め 油	食塩、清酒、マヨドレ、こい くちしょうゆ、穀物酢、鶏が らだし、クラッカー
8 土	ごはん(完了) 肉野菜炒め 豆腐の味噌汁	○塩せんべい ◎マリービスケット ◎牛乳	豚肉、木綿豆腐	キャベツ、りょくとうもやし、たま ねぎ、にんじん、青ピーマン、だ いこん、乾燥わかめ	うるち米、調合油	焼き肉のたれ、かつおだ し、米みそ、星たべよ、マ リービスケット
10 月	ごはん(完了) たらの南蛮漬け キャベツのおかか和え 小松菜のすまし汁	○マリービスケット ◎かぼちゃ茶巾 ◎牛乳	すけとうだら、おかか	たまねぎ、赤ピーマン、キャベ ツ、にんじん、ごまつな、だいこ ん、かぼちゃ	うるち米、かたくり粉、調合油、 上白糖	食塩、穀物酢、こいくち しょうゆ、かつお・昆布だ し、蒸しそば、マリー ビスケット
11 火	ロールパン(完了) チキンピカタ かぼちゃのサラダ 豆乳スープ	○クラッカー ◎わかめおにぎり ◎牛乳	鶏もも肉、調製豆乳	かぼちゃ、干しぶどう、きゅうり、 ほうれんそう、たまねぎ、にんじ ん、カットわかめ	ロールパン、薄力粉、調合油、 うるち米、いりごま	食塩、清酒、ベーキング パウダー、トマトケチャ ップ、パセリ、ハム、マヨ ドレ、鶏がらだし、クラッ ク
12 水	三色そぼろ丼 大根の味噌汁	○塩せんべい ◎麩のラスク ◎牛乳	◎高野豆腐、鶏ひき肉	にんじん、ほうれんそう、乾燥 わかめ、だいこん、葉ねぎ	うるち米、調合油、上白糖、ごま 油、釜焼きふ、食塩不使用 バター	かつお・昆布だし、おろし しょうが、こいくちしょうゆ、 合成清酒、食塩、米みそ、 星たべよ
13 木	ごはん(完了) 筑前煮 白菜の和え物 キャベツのすまし汁	○ウエハース ◎プレーン蒸しパン ◎牛乳	鶏もも肉、厚揚げ、牛乳	れんこん、にんじん、だいこん、 はくさい、ほうれんそう、キャベ ツ、ぶなしめじ、葉ねぎ	うるち米、板こんにやく、上白 糖、ホットケーキミックス、調合 油	かつお・昆布だし、こいくち しょうゆ、清酒、食塩、ウ エハース
14 金	ごはん(完了) ポークビーンズ もやしの和え物 中華スープ	○どうぶつビスケット ◎ジャムサンド ◎牛乳	豚肉、大豆水煮缶	たまねぎ、にんじん、ごまつな、 りょくとうもやし、はくさい、ス イートコーン、いちごジャム	うるち米、じゃがいも、上白糖、 調合油、はるさめ、食パン	トマトピューレー、鶏がら だし、食塩、トマトケチャ ップ、パセリ、こいくちしょう ゆ、ハム、たべっ子どうぶ つ
15 土	ハヤシライス ブロッコリーのサラダ オレンジ	○ビスコ ◎塩せんべい ◎牛乳	牛もも肉	たまねぎ、マッシュルーム、ブ ロッコリー、スイートコーン、に んじん、パレンシアオレンジ	うるち米、じゃがいも、食塩不使 用バター、調合油	ハヤシライス、マヨドレ、ビ スコ、星たべよ
17 月	ごはん(完了) 鶏肉の和風あんかけ ゆでブロッコリー じゃがいもとキャベツの味噌汁	○クラッカー ◎にんじんクッキー ◎牛乳	鶏もも肉、油揚げ	たまねぎ、にんじん、ほんしめ じ、えのきたけ、グリーンピース、 ブロッコリー、キャベツ、葉ねぎ	うるち米、上白糖、かたくり粉、 じゃがいも、薄力粉、食塩不使 用バター	食塩、かつお・昆布だし、 おろししょうが、こいくち しょうゆ、合成清酒、米み そ、クラッカー、ベーキン
18 火	コーンツナピラフ 豆腐ハンバーグ 粉ふきいも かぼちゃのスープ	○塩せんべい ◎フルーツヨーグルト ◎牛乳	ツナ缶、鶏ひき肉、木綿豆腐、 プレーンヨーグルト	にんじん、たまねぎ、スイート コーン、しょうが、かぼちゃ、ごま つな、白桃缶、みかん缶、パナ ナ	うるち米、調合油、食塩不使用 バター、かたくり粉、じゃがいも	コンソメ、パセリ、食塩、米 みそ、こしょう、鶏がらだ し、星たべよ
19 水	ごはん(完了) 白身魚の新緑揚げ 大根とハムの和え物 白菜の味噌汁	○どうぶつビスケット ◎さつまいものバター焼き ◎牛乳	すけとうだら	あおのり、切干しだいこん、きゅ うり、はくさい、にんじん、ごま つな	うるち米、薄力粉、調合油、上 白糖、さつまいも、食塩不使用 バター	食塩、ハム、穀物酢、こい くちしょうゆ、かつお・昆 布だし、米みそ、たべっ子 どうぶつ
20 木	ごはん(完了) 油淋鶏 チャプチェ 豆腐チゲ	○ウエハース ◎ごま団子 ◎牛乳	鶏もも肉、豚ひき肉、木綿豆 腐、こしあん	長ねぎ、チンゲンサイ、干しい たけ、赤ピーマン、にんじん、た まねぎ、だいこん	うるち米、上白糖、ごま油、かた くり粉、調合油、緑豆はるさめ、 ごま、いりごま	穀物酢、こいくちしょうゆ、 合成清酒、おろししょう が、おろしにんにく、鶏が らだし、米みそ、ウエハー ト
21 金	食パン(完了) 鶏肉のトマト煮 れんこんのごまマヨ和え コーンスープ	○クラッカー ◎じゃこおにぎり ◎牛乳	鶏もも肉、牛乳、しらす干し	たまねぎ、ブロッコリー、れんこ ん、ごまつな、にんじん、ほうれ んそう、スイートコーン	食パン、じゃがいも、ごま、うる ち米、調合油	トマトピューレー、鶏がら だし、ウスターソース、マヨ ドレ、こいくちしょうゆ、 コーンクリームスープ、ク ト
22 土	お子様スパゲティ じゃがいものスープ バナナ	○星たべよせんべい ◎どうぶつビスケット ◎牛乳	鶏ひき肉	ごまつな、たまねぎ、キャベツ、 スイートコーン、バナナ	スパゲティ、オリーブ油、じゃ がいも	トマトケチャップ、食塩、鶏 がらだし、星たべよ、た べっ子どうぶつ
24 月	ごはん(完了) 肉豆腐 キャベツの酢の物 ほうれん草のすまし汁	○どうぶつビスケット ◎トライフル ◎牛乳	鶏ひき肉、焼き豆腐、生クリー ム	長ねぎ、たまねぎ、えのきたけ、 グリーンピース、キャベツ、にんじ ん、乾燥わかめ、ほうれんそう、 だいこん、ぶなしめじ、バナナ、 あおのり	うるち米、上白糖、いりごま	こいくちしょうゆ、本みり ん、穀物酢、食塩、かつ お・昆布だし、たべっ子ど うぶつ、スポンジケーキ
25 火	マーボー丼 アスパラとトマトの和え物 春雨スープ	○クラッカー ◎ピザ風ポテト ◎牛乳	木綿豆腐、豚ひき肉、粉チーズ	たまねぎ、にんじん、葉ねぎ、 しょうが、アスパラガス、きゅ うり、トマト、はくさい、乾燥わか め、スイートコーン	うるち米、ごま油、上白糖、かた くり粉、調合油、緑豆はるさめ、 じゃがいも	食塩、こいくちしょうゆ、米 みそ、鶏がらだし、穀物 酢、クラッカー、ハム
26 水	ごはん(完了) なすと豚肉の炒め物 切干大根のサラダ かぼちゃの味噌汁	○星たべよせんべい ◎黒糖蒸しパン ◎牛乳	豚肉、調製豆乳	なす、たまねぎ、にんじん、青 ピーマン、切干しだいこん、きゅ うり、かぼちゃ、ごまつな、ぶ なしめじ	うるち米、調合油、上白糖、上 新粉、黒砂糖	こいくちしょうゆ、合成清 酒、食塩、本みりん、穀物 酢、かつお・昆布だし、米 みそ、星たべよ、ベーキン
27 木	ごはん(完了) 鮭の酒蒸し さつまいもとひじきの煮物 小松菜の味噌汁	○ウエハース ◎とりそぼろおにぎり ◎牛乳	さけ、焼き竹輪、鶏ひき肉	たまねぎ、えのきたけ、レモン、 干しいじき、ごまつな、にんじ ん、あおのり	うるち米、さつまいも、調合油、 上白糖	食塩、合成清酒、こいくち しょうゆ、本みりん、かつ お・昆布だし、米みそ、ウ エハース
28 金	ポークカレー コールスローサラダ オレンジ	○ビスコ ◎大学かぼちゃ ◎牛乳	豚かたろース	たまねぎ、にんじん、キャベツ、 コーン缶、レモン、パレンシアオ レンジ、かぼちゃ	うるち米、じゃがいも、上白糖、 調合油、いりごま	カレールウ、米酢、食塩、 ビスコ、こいくちしょうゆ、 水
29 土	ごはん(完了) 肉野菜炒め 豆腐の味噌汁	○塩せんべい ◎マリービスケット ◎牛乳	豚肉、木綿豆腐	キャベツ、りょくとうもやし、たま ねぎ、にんじん、青ピーマン、だ いこん、乾燥わかめ	うるち米、調合油	焼き肉のたれ、かつおだ し、米みそ、星たべよ、マ リービスケット
31 月	ごはん(完了) 鶏肉の生姜焼き ほうれん草のツナ和え じゃがいもの味噌汁	○クラッカー ◎アップルパイ ◎牛乳	鶏もも肉、ツナ缶、油揚げ	しょうが、たまねぎ、にんじん、 青ピーマン、ほうれんそう、りょ くとうもやし、キャベツ、ぶなしめ じ、りんご、レモン	うるち米、調合油、じゃがいも、 上白糖、ぎょうざの皮	こいくちしょうゆ、合成清 酒、食塩、かつお・昆布だ し、米みそ、クラッカー