



わんぱく保育園献立表 (5月分)



				離乳食					
9:30		11:00		15:00					
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	後期	
2	月	牛乳 せんべい	ご飯 小松菜の味噌汁 ひじきサラダ 白ごまつくね	お茶 おにぎり	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 野菜スープ 麩のあげほの煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 野菜スープ 麩のあげほの煮
6	金	牛乳 クッキー	ご飯 野菜スープ 白身魚のサクサクフライ ミックス野菜 いちご	こどもの日ゼリー	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 きゃべつのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 きゃべつのやわらか煮
7	土	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の味噌汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 あられ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ 人参のうま煮	5倍かゆ おじやかゆ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 豆腐スープ 人参のうま煮	5倍かゆ おじやかゆ 麩のべたべた煮
9	月	牛乳 ぼん菓子	ご飯 バナナ 麻婆豆腐 シルバーサラダ	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮
10	火	牛乳 せんべい	ご飯 ビーフ汁 じゃこじゃが 胡瓜のごま和え	牛乳 チーズ入り蒸しパン	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが	7倍かゆ 味噌汁 人参の甘煮	5倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが	5倍かゆ 味噌汁 人参の甘煮
11	水	牛乳 コーンスナック	ご飯 豆腐の味噌汁 豚肉のうま煮 野菜ののり和え	カルピスかん	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろあんかけ
12	木	牛乳 せんべい	ご飯 小松菜の清汁 五目煮豆 スパゲティサラダ	牛乳 ココアケーキ	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 清汁 小松菜のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのじゃこ煮
13	金	牛乳 ビスケット	ご飯 しめじの味噌汁 鯖の煮付 野菜の昆布和え	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ わかめスープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ わかめスープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 麩のべたべた煮
14	土	牛乳 せんべい	ご飯 わんぱくカレー えのきのごま和え	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 人参のうま煮	7倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃが芋のごま煮	5倍かゆ 清汁 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌おじやかゆ じゃが芋のごま煮
16	月	牛乳 お米スナック	ご飯 麩の味噌汁 煮込みハンバーグ 三色和え	豆乳ババロア	10倍かゆ あげほのマッシュ	7倍かゆ 清汁 あげほの煮	7倍かゆ 豆乳スープ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 あげほの煮	5倍かゆ 豆乳スープ じゃこじゃが
17	火	牛乳 クッキー	ご飯 豆腐の清汁 じゃが芋のベーコン煮 きゃべつとツナの和風サラダ	牛乳 黒ごまきな粉サンド	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参の甘煮	7倍かゆ 清汁 きゃべつのじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 人参の甘煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのじゃこ煮
18	水	牛乳 ビスケット	ご飯 しめじの味噌汁 赤魚の煮付 野菜のごま和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ チンゲン菜スープ 魚の利休煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のクリームコーン煮	5倍かゆ チンゲン菜スープ 魚の利休煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃが芋のクリームコーン煮
19	木	牛乳 ノンフライチップ	ドライカレー えのきスープ 星のコロッケ バナナ 胡瓜の昆布和え	牛乳 タルト	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 小松菜のスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 小松菜のスープ 麩のべたべた煮
20	金	牛乳 ウエハース	ご飯 わかめの清汁 鶏肉の炒り煮 きゃべつのゆかり和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 味噌汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮
21	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 ハヤシシチュー しょうゆフレッチ	牛乳 あられ	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ わかめスープ あげほの煮	7倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ わかめスープ あげほの煮	5倍かゆ おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮
23	月	牛乳 サブレ	ご飯 豆腐の清汁 牛肉のうま煮 野菜の和え物	牛乳 ピーチゼリー	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の甘煮
24	火	牛乳 紫芋スナック	ご飯 油揚げの味噌汁 ちくわの甘辛煮 切干大根のサラダ	牛乳 いちご蒸しパン	10倍かゆ ほうれん草マッシュ	7倍かゆ わかめスープ 人参のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮	5倍かゆ わかめスープ 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のじゃこ煮
25	水	牛乳 クッキー	ご飯 コンソメスープ スタミナ納豆 胡瓜のごま和え	牛乳 ヨーグルト和え	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 納豆汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の甘煮
26	木	牛乳 ウエハース	ご飯 わかめの味噌汁 変わりきんぴら きゃべつと胡瓜のおかか和え	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 清汁 きゃべつのそぼろ煮	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのそぼろ煮
27	金	牛乳 ポテトスナック	ご飯 ビーンズスープ いわしの梅煮 バナナ もやしとにらの和え物	牛乳 ぶどうゼリー	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 煮魚	7倍かゆ 味噌汁 あげほの煮	5倍かゆ 野菜スープ 煮魚	5倍かゆ 味噌汁 あげほの煮
28	土	牛乳 せんべい	ご飯 五目うどん わかめと胡瓜のツナサラダ	牛乳 ポーロ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ おじやかゆ 人参のうま煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ おじやかゆ 人参のうま煮
30	月	牛乳 クラッカー	ご飯 高野のスープ ガリパチキン 胡瓜のゆかり和え	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 高野豆腐のあげほの煮	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のそぼろ煮	5倍かゆ きゃべつスープ 高野豆腐のあげほの煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のそぼろ煮
31	火	牛乳 クッキー	ご飯 ビーフカレー きゃべつとコーンのサラダ	牛乳 豆乳プリン	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 人参の甘煮	7倍かゆ きゃべつスープ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 人参の甘煮	5倍かゆ きゃべつスープ グリーンピースのやわらか煮

