



# 献立表



2025年05月

完全給食

日付	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
01(木)	ごはん みそ汁(だいこん・あげ) 白身魚の煮つけ じゃが芋炒め	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・こまつな) 白身魚とじゃがいもの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・こまつな) 白身魚とじゃがいもの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
02(金)	ごはん 野菜のスープ ミートローフ 焼きトマト	硬粥 だし煮(キャベツ・かぼちゃ) 豚肉と納豆のとりみ煮	全粥 だし煮(キャベツ・かぼちゃ) 豚肉と納豆のとりみ煮	10倍粥 ペースト(納豆・キャベツ・かぼちゃ)
07(水)	ごはん じゃがいものスープ煮 厚揚げのケチャップ煮 ゆでスナックえんどう 煮りんご	硬粥 だし煮(じゃがいも・キャベツ) 豆腐と鶏肉の煮物	全粥 だし煮(じゃがいも・キャベツ) 豆腐と鶏肉の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
08(木)	ごはん 豆腐すまし汁(あげ) さばとかぼちゃの焼きもの きゅうりの酢の物(みかん)	硬粥 だし煮(豆腐・にんじん) かぼちゃのそぼろあんかけ	全粥 だし煮(豆腐・にんじん) かぼちゃのそぼろあんかけ	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
09(金)	ごはん みそ汁(もやし・コーン) 豚肉と昆布の炒め煮(にんじん) 小松菜のしらす和え(キャベツ)	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(もやし・たまねぎ) 鶏ひき肉とキャベツの煮物	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(もやし・たまねぎ) 鶏ひき肉とキャベツの煮物	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(にんじん・こまつな)
10(土)	ごはん 豆腐団子とキャベツの煮物(鶏) 煮りんご	硬粥 豆腐団子とキャベツの煮物(鶏) 煮りんご	全粥 豆腐団子とキャベツの煮物(鶏) 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・じゃがいも)
12(月)	ごはん だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉とこまつなの煮物	硬粥 だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉とこまつなの煮物	全粥 だし煮(豆腐・だいこん) 豚肉とこまつなの煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(こまつな・たまねぎ)
13(火)	ごはん みそ汁(キャベツ・あげ) 魚と野菜の甘酢和え	硬粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚の野菜あんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・にんじん) 白身魚の野菜あんかけ	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
14(水)	ごはん みそ風味のだし煮(さつまいも・チンゲン菜) 豆腐と人参のとりみ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・チンゲン菜) 豆腐と人参のとりみ煮	全粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・チンゲン菜) 豆腐と人参のとりみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(さつまいも・チンゲン菜)
15(木)	ごはん みそ風味のだし煮(じゃがいも・たまねぎ) 白身魚とキャベツのクタクタ煮	硬粥 みそ風味のだし煮(じゃがいも・たまねぎ) 白身魚とキャベツのクタクタ煮	全粥 みそ風味のだし煮(じゃがいも・たまねぎ) 白身魚とキャベツのクタクタ煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(キャベツ・ほうれんそう)
16(金)	ごはん 野菜のポタージュ 鶏肉のマーマレード焼き にんじんのシンプルサラダ	硬粥 豆乳汁(だいこん・たまねぎ・にんじん) 鶏ひき肉とじゃがいものつぶし煮	全粥 豆乳汁(だいこん・たまねぎ・にんじん) 鶏ひき肉とじゃがいものつぶし煮	10倍粥 豆乳汁(だいこん・たまねぎ・にんじん)
17(土)	ごはん だし煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) 豆腐と豚ひき肉のみそ風味煮	硬粥 だし煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) 豆腐と豚ひき肉のみそ風味煮	全粥 だし煮(じゃがいも・たまねぎ・にんじん) 豆腐と豚ひき肉のみそ風味煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・にんじん)
19(月)	ごはん だし煮(豆腐・ほうれん草) 新たまねぎと豚肉の煮物	硬粥 だし煮(豆腐・ほうれん草) 新たまねぎと豚肉の煮物	全粥 だし煮(豆腐・ほうれん草) 新たまねぎと豚肉の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
20(火)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・えのき) さわらのサラダ焼き ひじきの煮物(にんじん)	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 白身魚と人参の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) 白身魚と人参の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・たまねぎ)
21(水)	ごはん 鶏だんご鍋(キャベツ) さつまいものレモン煮 煮りんご	硬粥 鶏だんごの煮物(キャベツ) つぶしさつまいも	全粥 鶏だんごの煮物(キャベツ) つぶしさつまいも	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
22(木)	ごはん みそ風味のだし煮(だいこん・こまつな) 白身魚とじゃが芋の煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・こまつな) 白身魚とじゃが芋の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・こまつな) 白身魚とじゃが芋の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・こまつな)
23(金)	ごはん みそ風味のだし煮(かぼちゃ・なす) 豚肉とキャベツの煮物	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(かぼちゃ・なす) 豚肉とキャベツの煮物	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(かぼちゃ・なす) 豚肉とキャベツの煮物	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
24(土)	ごはん カレー風味のトマトライス・具 煮りんご	硬粥 鶏ひき肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	全粥 鶏ひき肉と豆腐のトマト煮 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
26(月)	ごはん みそ風味のだし煮(たまねぎ・にんじん) 野菜のそぼろあんかけ	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(たまねぎ・にんじん) 野菜のそぼろあんかけ	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(たまねぎ・にんじん) 野菜のそぼろあんかけ	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
27(火)	軟飯 みそ風味のだし煮(たまねぎ・ブロッコリー) 鶏肉と豆腐のとりみ煮(さといも)	硬粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・ブロッコリー) 鶏肉と豆腐のとりみ煮(さといも)	全粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・ブロッコリー) 鶏肉と豆腐のとりみ煮(さといも)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・ブロッコリー)
28(水)	ごはん わかめスープ マーボー豆腐(たまねぎ) はるさめの酢の物(みかん)	硬粥 だし煮(じゃがいも・チンゲン菜) 豆腐と豚肉の煮物	全粥 だし煮(じゃがいも・チンゲン菜) 豆腐と豚肉の煮物	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・チンゲン菜)
29(木)	ごはん みそ汁(さつまいも・しめじ) 白身魚のフリット(カレー味) キャベツのサラダ 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 白身魚とキャベツの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(さつまいも・こまつな) 白身魚とキャベツの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(さつまいも・こまつな)
30(金)	ごはん 豆腐のスープ 鶏肉のトマトソース煮 粉ふき芋(青のり)	硬粥 だし煮(豆腐・じゃがいも) 鶏ひき肉と玉ねぎのトマト煮	全粥 だし煮(豆腐・じゃがいも) 鶏ひき肉と玉ねぎのトマト煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・たまねぎ)
31(土)	ごはん 鶏肉と納豆のトロトロ煮 煮りんご	硬粥 鶏肉と納豆のトロトロ煮 煮りんご	全粥 鶏肉と納豆のトロトロ煮 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・たまねぎ・こまつな)