


2024年 5月 離乳食献立表 (中期)

中野区保育園・幼稚園課

曜日	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	
日	13 27	14 28	1 15 29	2 16 30	17 31	18	20	7 21	8 22	9 23	10 24	11 25	
午前 	主食	おかゆ		おかゆ		おかゆ		おかゆ		おかゆ		おかゆ	
	副食	豆腐の煮物 南瓜の煮物 味噌汁	卵黄の粗ほぐし キャベツの煮物 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 胡瓜の煮物 味噌汁	つくねの煮物 刻みトマト 味噌汁	白身魚の煮物 人参の煮物 味噌汁	味噌やわらか煮うどん じゃが芋とツナの煮物 キャベツの煮物	つくねのケチャップ煮 刻みブロッコリー スープ	白身魚の煮物 青菜とコーンの煮物 味噌汁	豆腐の味噌煮 胡瓜の煮物	ミートボールのケチャップ煮 粉ふき芋 味噌汁	豆腐の味噌煮 人参の煮物 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 白菜のおかか煮 味噌汁
	材料	米 豆腐 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 南瓜 醤油 砂糖 キャベツ 大豆味噌 かつおだし	米 卵黄 玉葱 かつおだし キャベツ 醤油 人参 大豆味噌 かつおだし	米 じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 胡瓜 人参 大豆味噌 かつおだし	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし トマト 青菜 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 万能葱 大豆味噌 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 人参 大豆味噌 砂糖 かつおだし じゃが芋 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油	米 鶏ひき肉 玉葱 片栗粉 ケチャップ 砂糖 かつおだし ブロッコリー かつおだし 片栗粉 人参 スープ 塩	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 ホールコーン 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 玉葱 キャベツ かつおだし 砂糖 醤油 豆腐 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉 胡瓜	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 ケチャップ 砂糖 かつおだし じゃが芋 人参 大豆味噌 かつおだし	米 豆腐 大豆味噌 砂糖 かつおだし 片栗粉 人参 醤油 砂糖 葱 大豆味噌 かつおだし	米 じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 白菜 醤油 かつお節 玉葱 わかめ 大豆味噌 かつおだし
午後	主食	やわらか煮うどん	パンがゆ	やわらか煮うどん	パンがゆ	おかゆ	おかゆ	おかゆ	やわらか煮うどん	おかゆ	パンがゆ	洋風やわらか煮うどん	おかゆ
	副食	ミートボールの煮物 人参の煮物	豆腐のケチャップ煮 胡瓜の煮物 味噌汁	ヨーグルト 南瓜のマッシュ	キャベツとツナの煮物 胡瓜の煮物 スープ	ミートボールの煮物 粉ふき芋 味噌汁	白身魚の煮物 青菜の煮物 味噌汁	青菜としらす和え 南瓜の煮物 味噌汁	じゃが芋のそぼろ煮 なすのおかか煮	ミートボールの煮物 キャベツの煮物 すまし汁	人参とツナの煮物 青菜の煮物 味噌汁	鶏レバーの煮物 大根の煮物	南瓜とツナの煮物 キャベツの煮物 味噌汁
	材料	乾めん 玉葱 人参 醤油 砂糖 かつおだし 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 人参 醤油 砂糖	食パン ミルク 豆腐 ケチャップ 砂糖 かつおだし 片栗粉 胡瓜 玉葱 大豆味噌 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 人参 玉葱 醤油 砂糖 かつおだし プレーンヨーグルト 砂糖 南瓜 バター	食パン ミルク キャベツ ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 胡瓜 じゃが芋 青菜 大豆味噌 かつおだし 玉葱 スープ 塩	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 醤油 人参 大豆味噌 かつおだし	米 白身魚 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 醤油 人参 大豆味噌 かつおだし	米 青菜 しらす 醤油 南瓜 醤油 砂糖 玉葱 大豆味噌 かつおだし なす 醤油 砂糖 かつお節	乾めん 玉葱 人参 醤油 砂糖 かつおだし じゃが芋 豚ひき肉 醤油 砂糖 かつおだし 玉葱 大豆味噌 かつおだし なす 醤油 砂糖 かつお節	米 豚ひき肉 玉葱 片栗粉 醤油 砂糖 かつおだし キャベツ 醤油 葱 塩 醤油 かつおだし	食パン ミルク 人参 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 青菜 醤油 玉葱 大豆味噌 かつおだし	乾めん 豚ひき肉 玉葱 人参 かつおだし ケチャップ 砂糖 ツナ缶 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 大根 醤油 砂糖	米 南瓜 醤油 砂糖 かつおだし 片栗粉 キャベツ 醤油 青菜 大豆味噌 かつおだし

* 野菜は柔らかく茹でてから調理しています。



* 献立内容は都合により変更する場合があります。

* □で囲まれた食材は、アレルギーの確認が必要な加工食品です。

* スープは野菜の煮汁を使用しています。