

令和7年5月 献立表

中・後期食

ハレルヤ保育園

日				曜	献立名		あか	黄	みどり	調味料
					昼食	午後おやつ	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとに なる	体の調子を整える	
1	15	29		木	お粥(中期)軟飯(後期) 鶏肉のトマト煮込み すまし汁(にんじん・ほうれんそう)	煮込みマカロニ バナナ	鶏肉	米 砂糖 マカロニ	にんじん ほうれん そう たまねぎ ト マト バナナ	昆布だし汁 食塩
2				金	お粥(中期)軟飯(後期) マーボー豆腐 すまし汁(だいこん・わかめ)	野菜粥 オレンジ	豚肉 米みそ(淡色 辛みそ) 豆腐	米 砂糖	だいこん わかめ たまねぎ キャベツ にんじん オレンジ	昆布だし汁 食塩
7	21			水	お粥(中期)軟飯(後期) 芋煮風 みそ汁(にんじん・わかめ)	煮込みマカロニ りんご	豚肉 米みそ(淡色 辛みそ)	米 砂糖 さといも マカロニ	にんじん わかめ たまねぎ ほうれそ う りんご	しょうゆ 昆布だし 汁
8	22			木	お粥(中期)軟飯(後期) 豚肉と野菜の煮物 野菜スープ(にんじん・たまねぎ)	煮込みスパゲティ りんご	豚肉	米 砂糖 スパゲ ティ	にんじん たまねぎ かぼちゃ りんご	しょうゆ 昆布だし 汁 食塩
9	23			金	お粥(中期)軟飯(後期) みそ煮魚 すまし汁(だいこん・じゃがいも)	トースト オレンジ	白身魚 米みそ(淡 色辛みそ) 豆腐 粉ミルク きな粉	米 砂糖 食パン じゃがいも	にんじん チンゲン サイ だいこん た まねぎ オレンジ	しょうゆ 昆布だし 汁 食塩
10	24			土	お粥(中期)軟飯(後期) すき焼き風煮 みそ汁(かぼちゃ・キャベツ)	青菜粥 りんご	鶏肉 豆腐 米み そ(淡色辛みそ)	米 砂糖	にんじん キャベツ かぼちゃ こまつな たまねぎ りんご	しょうゆ 昆布だし 汁
12	26			月	お粥(中期)軟飯(後期) 煮魚 すまし汁(たまねぎ・チンゲンサイ)	煮奴 りんご	白身魚 米みそ(淡 色辛みそ) 豆腐	米 砂糖	にんじん チンゲン サイ なす キャベ ツ たまねぎ りん ご	しょうゆ 昆布だし 汁 食塩
13	20	27	火		お粥(中期)軟飯(後期) 炒り豆腐 みそ汁(たまねぎ・にんじん)	野菜粥 バナナ(20日) グレープフルーツ (13、27日)	鶏肉 豆腐 米み そ(淡色辛みそ)	米 砂糖	たまねぎ にんじん ほうれんそう かぼ ちゃ ブロッコリー バナナ グレープフ ルーツ	しょうゆ 昆布だし 汁
14	28			水	お粥(中期)軟飯(後期) 豚肉と野菜の煮物 ミネストローネ(キャベツ・にんじん)	粉ふき芋 りんご	豚肉	米 砂糖 じゃがい も	にんじん キャベツ たまねぎ グリン ピース トマト か ぼちゃ りんご	しょうゆ 昆布だし 汁
16	30			金	お粥(中期)軟飯(後期) 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁(チンゲンサイ・にんじん)	煮込みうどん バナナ(16日) オレンジ(30日)	鶏肉 米みそ(淡色 辛みそ)	米 砂糖 干しうど ん	にんじん チンゲン サイ わかめ か ぼちゃ バナナ オ レンジ	しょうゆ 昆布だし 汁
17	31			土	お粥(中期)軟飯(後期) 肉かぼちゃ みそ汁(たまねぎ・わかめ)	しらす粥 りんご	豚肉 米みそ(淡色 辛みそ) しらす干 し	米 砂糖	かぼちゃ たまね ぎ にんじん こま つな わかめ りん ご	しょうゆ 昆布だし 汁
19				月	お粥(中期)軟飯(後期) みそ煮魚 すまし汁(キャベツ・にんじん)	煮奴 りんご	白身魚 米みそ(淡 色辛みそ) 豆腐	米 砂糖	にんじん たまねぎ キャベツ かぼちゃ りんご	しょうゆ 昆布だし 汁 食塩

☆離乳食期間中に大事にして欲しいこと☆以下の点を大事にして進めていきましょう。

- ①赤ちゃんの発達に合わせて素材、献立、調理を変化させ、さまざまな食体験を積みましょう。
- ②赤ちゃんには個人差があります。マニュアル通りに進めなくても大丈夫です。発達の様子を見て進めましょう。
- ③楽しい雰囲気食べる楽しさを体験させましょう。(介助する保護者は笑顔で接しましょう。)

令和7年5月 献立表

初期食

ハレルヤ保育園

日				曜	献立名	あか	黄	みどり	調理より
					昼食	体をつくる 血や肉になる	力や体温のもとに なる	体の調子を整える	
1	15	29		木	お粥(前、後期) たまねぎのペースト(前、後期) にんじんのペースト(後期) 豆腐のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	豆腐	米	たまねぎ にんじん	☆離乳食期間中に大事にして欲しいこと☆ 以下の点を大事にして進めていきましょう。 ①赤ちゃんの発達に合わせて素材、献立、調理を変化させ、さまざまな食体験を積みましょう。 ②赤ちゃんには個人差があります。マニュアル通りに進めなくても大丈夫です。発達の様子を見て進めましょう。 ③楽しい雰囲気食べる楽しさを体験させましょう。 (介助する保護者は笑顔で接しましょう。) ☆都合により食材を変更する場合があります☆
2				金	お粥(前、後期) キャベツのペースト(前、後期) だいこんのペースト(後期) 麴のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	麴	米	キャベツ だいこん	
7	21			水	お粥(前、後期) にんじんのペースト(前、後期) たまねぎのペースト(後期) ささみのペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	ささみ	米	にんじん たまねぎ	
8	22			木	お粥(前、後期) ほうれんそうのペースト(前、後期) かぼちゃのペースト(後期) 豆腐のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	豆腐	米	ほうれんそう かぼちゃ	
9	23			金	お粥(前、後期) じゃがいものペースト(前、後期) チンゲンサイのペースト(後期) 白身魚のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	白身魚	米 じゃがいも	チンゲンサイ	
10	24			土	お粥(前、後期) キャベツのペースト(前、後期) かぼちゃのペースト(後期) 麴のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	麴	米	キャベツ かぼちゃ	
12	26			月	お粥(前、後期) チンゲンサイのペースト(前、後期) にんじんのペースト(後期) 白身魚のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	白身魚	米	チンゲンサイ にんじん	
13	20	27		火	お粥(前、後期) たまねぎのペースト(前、後期) にんじんのペースト(後期) 豆腐のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	豆腐	米	たまねぎ にんじん	
14	28			水	お粥(前、後期) にんじんのペースト(前、後期) キャベツのペースト(後期) 白身魚のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	白身魚	米	にんじん キャベツ	
16	30			金	お粥(前、後期) かぼちゃのペースト(前、後期) チンゲンサイのペースト ささみのペースト 野菜スープ(前、後期)	ささみ	米	かぼちゃ チンゲンサイ	
17	31			土	お粥(前、後期) こまつなのペースト(前、後期) たまねぎのペースト(後期) 豆腐のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	豆腐	米	こまつな たまねぎ	
19				月	お粥(前、後期) にんじんのペースト(前、後期) キャベツのペースト(後期) 白身魚のペースト(後期) 野菜スープ(前、後期)	白身魚	米	にんじん キャベツ	