



5月 離乳食だより



認定こども園つばめ・チェリー保育園

	初期			中期				後期・完了食				
	主 食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ	
1	水	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 キャベツスープ	白せんべい		うどん	ほうれん草のごま和え	りんごゼリー	バナナかすてら
2	木	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん にんじんスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	大根とツナのサラダ	バナナ	食パン
3	金	憲法記念日										
4	土	みどりの日										
5	日	こどもの日										
6	月	振替休日										
7	火	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎスープ	じゃがいもスティック	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	春雨の中華サラダ	オレンジ	マカロニきなこ
8	水	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 キャベツスープ	バナナ		焼きそば	ほうれん草のしらす和え	バナナ	ぱりんこ
9	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ にんじんスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉の煮物	枝豆サラダ	オレンジゼリー	ココア蒸しパン
10	金	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも だいこんスープ	バナナ		カレーライス	もやしのごまサラダ	バナナ	うす塩せんべい
11	土	園まつり										
12	日											
13	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん キャベツスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と大根の煮物	キャベツとひじきのサラダ	バナナ	いちごジャム蒸しパン
14	火	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい にんじんスープ	白せんべい	ごはん	白身魚のてりやき	野菜たっぷり味噌汁	オレンジ	バームクーヘン
15	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	ささみのくす煮	たまねぎ じゃがいもスープ	バナナ	ごはん	鶏肉の野菜炒め	ピーマンサラダ	バナナ	オレンジゼリー
16	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	筑前煮	キャベツとツナの和風サラ	オレンジ	食パン
17	金	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草 だいこんスープ	バナナ	ごはん	豚肉と大豆の煮物	ほうれん草とコーンのサラ	バナナ	雪の宿
18	土	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 にんじん キャベツスープ		白せんべい	ごはん	マーボ豆腐	スパゲティサラダ	ヨーグルト	チョコスクッキー
19	日											
20	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも たまねぎスープ	バナナ	わかめごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆と昆布の煮物	バナナ	ロールパン
21	火	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	じゃがいもスティック	白せんべい	ごはん	炒り豆腐	切干大根の和風サラダ	オレンジ	ぱりんこ
22	水	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん キャベツスープ	バナナ	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	キャベツとコーンのサラダ	バナナ	マカロニきなこ
23	木	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ にんじんスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮物	豆腐と油揚げの味噌汁	オレンジ	ぼたぼた焼き
24	金	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 キャベツスープ	白せんべい		和風スパゲティ	きゅうりとハムのサラダ	ぶどうゼリー	黒糖蒸しパン
25	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				
26	日											
27	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも だいこんスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉の照り焼き	大根としらすのサラダ	オレンジ	きなこ蒸しパン
28	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 じゃがいもスープ	バナナ	ごはん	肉じゃが	ほうれん草のおかか和え	バナナ	まがりせんべい
29	水	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	豆腐 たまねぎスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	豚肉とごぼうの煮物	マカロニサラダ	オレンジゼリー	食パン
30	木	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ はくさいスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	野菜たっぷりコンソメスー	バナナ	おにぎりせんべい
31	金	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	にんじん たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	絹揚げのそぼろあん	もやしとハムのサラダ	オレンジ	りんごゼリー