

令和6年

5月

つばさこども園 予定献立表

	月	火	水	木	金	土
朝おやつ			1	2	3	4
献立	 <p>5月8日は、語呂合わせで ごー(5)やー(8)の日 5月10日は、黒(5)糖(10)の日 ゴーヤーは栄養価の高い食材です 独特にながみがあるので、にがうり とも呼ばれます。</p>	ヨーグルト ごはん 豚肉の生姜炒め ポテトサラダ なすのみそ汁 バナナ1/3 牛乳、さつま芋蒸しケーキ	バナナ もちきびご飯(ふりかけ) マグロカツ ほうれん草ソテー 花ふのすまし汁 <small>サイダー風ゼリーとみかん缶 (0.1歳のみかん缶)</small> 牛乳、春巻きアップルパイ	【憲法記念日】(休園) 	みどりの日(休園) 	
おやつ						
朝おやつ	6	7	8	9	10	11
献立	【こどもの日振替休日】 	せんべい チキンカレー(麦ごはん) ブロッコリーサラダ わかめスープ パイン缶 調整豆乳、ミルクサブレ	ヨーグルト ゆかりご飯 サバの塩こうじ焼き(0.1歳白身魚) ゴーヤーチャップル 大根のみそ汁 オレンジ 牛乳、プアマンケーキ(ココアケーキ)	バナナ チキンてり焼き丼 ひじきの旨煮 ゆし豆腐 りんご 牛乳、シュガートースト	煮干し(0.1歳せんべい) クファージュシー(炊き込みごはん) きびなごと白身魚のマリネ(0~2歳児白身魚) 切干し大根のパンパンジー風サラダ わかめのすまし汁 バナナ1/3 牛乳、黒糖サターアングギー	もずく丼 小松菜のじゃこサラダ みそ汁 果物 牛乳、菓子パン
おやつ						
朝おやつ	13	14	15	16	17	18
献立	せんべい ガーリックチャーハン ケチャップ肉団子 コールスローサラダ わかめのすまし汁 オレンジ 牛乳、大学芋	バナナ 麦ごはん マーボー豆腐 ナムル チンゲン菜スープ 黄桃缶 調整豆乳、ちんすこう	ヨーグルト もちきびご飯(ふりかけ) 魚の天ぷら 人参シリシリ炒め イナムドッチ パイン缶 牛乳、シスコーン、バナナ	バナナ 野菜そば ごまかぼちゃ りんご 調整豆乳、油みそおにぎり	煮干し(0.1歳せんべい) 【お弁当会】	鶏そぼろ丼 白菜ごま和え みそ汁 果物 牛乳、菓子パン
おやつ						
朝おやつ	20	21	22	23	24	25
献立	せんべい ハヤシライス 菜の花とツナのごま和え オニオンスープ みかん缶 牛乳、ほうれん草のお好み焼き	バナナ ミートソーススパゲティ ブロッコリーのおかか和え アーサのすまし汁 オレンジ 調整豆乳、鮭のおにぎり	ヨーグルト もちきびご飯 魚のオーロラソース焼き 切り干しエリチー(切干大根の炒め物) なすのみそ汁 バナナ1/3 牛乳、もちもちポールドーナツ	バナナ ごはん チキンのマーマレード焼き マカロニサラダ ミネストローネスープ りんご 牛乳、きな粉カレーサンド	煮干し(0.1歳せんべい) キーマ風カレーライス タコさんウインナー(2.3.4.5歳児) コールスローサラダ ABCスープ ヨーグルト 【お誕生会】、牛乳、1丁の0-1歳(2.3.4.5歳)、蒸しケーキ(0.1歳、70g1丁)	ごはん 大根そぼろ煮 からし菜和え わかめスープ 果物 牛乳、菓子パン
おやつ						
朝おやつ	27	28	29	30	31	
献立	せんべい 焼肉丼 ゴーヤー梅肉和え チンゲン菜のみそ汁 オレンジ 牛乳、黒糖カレー(黒糖蒸しパン)	バナナ わかめごはん 魚のパン粉焼き ほうれん草のソテー 白菜のチャウダースープ りんご 調整豆乳、おやつ焼きそば	ヨーグルト タコライス ごぼうサラダ 大根のみそ汁 バナナ1/3 牛乳、どうもろこし天ぷら	バナナ ごはん チキンのコーンフ레이크焼き 中華風野菜炒め ゆし豆腐 パイン缶 牛乳、スイートポテト	煮干し(0.1歳せんべい) ごはん 肉じゃが煮 納豆和え たまねぎのみそ汁 りんご 調整豆乳、くずもち(0.1歳きな粉蒸しパン)	
おやつ						

※ 食材、行事、その他都合で献立を変更することがあります。

5月

離乳食献立表

月齢	中期 (7・8ヶ月)		後期 (9・10・11か月)	
固さの目安	舌でつぶせる固さ/絹ごし豆腐位 (つぶつぶ)		歯ぐきでつぶせる固さ/バナナ位 (荒みじん切)	
	献立	主な食材	献立	主な食材
1日 (水) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み じゃがいもつぶし煮 だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,かつおだし じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,かつおだし かつおだし じゃが芋
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり (さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
2日 (木) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 白身魚の野菜あんかけ だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし,片栗粉 かつおだし 人参
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ おろしりんご煮	保育用ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし りんご	保育用ミルク 軟飯おにぎり (ブロッコリー) おろしりんご煮	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー りんご
3日 (金)	【憲法記念日】 (休園)			
4日 (土)	【みどりの日】 (休園)			
6日 (月)	【こどもの日振替休日】			
7日 (火) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身,片栗粉,人参,じゃが芋,ブロッコリー,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身,片栗粉,人参,じゃが芋,ブロッコリー,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり (さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
8日 (水) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,だいこん,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,だいこん,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ	保育用ミルク 全がゆ,ブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり (ブロッコリー)	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ブロッコリー
9日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身,片栗粉,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身,片栗粉,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや (かぼちゃ) おろしりんご煮	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ りんご	保育用ミルク 南瓜おにぎり おろしりんご煮	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ りんご
10日 (金) 午前	全がゆ ほぐし魚の野菜あんかけ だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,トマト (種は取り除く),かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 白身魚の野菜あんかけ だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,トマト (種は取り除く),かつおだし,片栗粉 かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや バナナ	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜) バナナ	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ バナナ
11日 (土) 午前	全がゆ 豆腐の野菜あんかけ だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,小松菜,かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 豆腐の野菜あんかけ だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,小松菜,かつおだし,片栗粉 かつおだし 大根
午後	保育用ミルク 南瓜おじや (かぼちゃ)	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ
13日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ ささ身,片栗粉,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身,片栗粉,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり (さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
14日 (火) 午前	全がゆ 豆腐と野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,チンゲン菜,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,チンゲン菜,じゃが芋,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや バナナ	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜) バナナ	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ,ほうれん草 バナナ

5月

離乳食献立表

月齢	中期 (7・8ヶ月)		後期 (9・10・11か月)	
固さの目安	舌でつぶせる固さ/絹ごし豆腐位 (つぶつぶ)		歯ぐきでつぶせる固さ/バナナ位 (荒みじん切)	
	献立	主な食材	献立	主な食材
15日 (水) 午前	全がゆ ほぐし魚の野菜あんかけ だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 白身魚の野菜あんかけ だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし,片栗粉 かつおだし 人参
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ バナナ	保育ミルク 全がゆ,ブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (ブロッコリー) バナナ	保育ミルク 軟飯,玉ねぎ,ブロッコリー バナナ
16日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜のつぶし煮 かぼちゃ煮 だし汁	全がゆ ささ身,片栗粉,人参,キャベツ,かつおだし かぼちゃ,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み かぼちゃ煮 だし汁	軟飯 ささ身,片栗粉,人参,キャベツ,かつおだし かぼちゃ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや おろしりんご煮	保育ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし りんご	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜) おろしりんご煮	保育ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ りんご
17日 (金) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 芋おにぎり	保育ミルク 軟飯,さつまいも
18日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草,白菜,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草,白菜,かつおだし かつおだし じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,だいこん,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜)	保育ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ,だいこん
20日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,片栗粉,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身ミンチ,片栗粉,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,ほうれん草	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜)	保育ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ,ほうれん草
21日 (火) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,ミニブロッコリー,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,小松菜 葉先,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも) バナナ	保育ミルク 全がゆ,さつまいも バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (さつまいも) バナナ	保育ミルク 軟飯,さつまいも バナナ
22日 (水) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,かぼちゃ,かつおだし かつおだし じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜)	保育ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ
23日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ ささ身,片栗粉,人参,キャベツ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身,片栗粉,人参,キャベツ,じゃが芋,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ おろしりんご煮	保育ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし りんご	保育用ミルク 軟飯おにぎり (ブロッコリー) おろしりんご煮	保育ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー りんご
24日 (金) 午前	全がゆ ほぐし魚の野菜あんかけ だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 魚の野菜あんかけ だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし,片栗粉 かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや バナナ	保育ミルク 全がゆ,かぼちゃ バナナ	保育用ミルク 南瓜おにぎり バナナ	保育ミルク 軟飯,かぼちゃ バナナ
25日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,玉ねぎ,人参,だいこん,かつおだし,片栗粉 かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,玉ねぎ,人参,だいこん,かつおだし,片栗粉 かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,ほうれん草	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜)	保育ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ

5月

離乳食献立表

月齢	中期 (7・8ヶ月)		後期 (9・10・11か月)	
固さの目安	舌でつぶせる固さ/絹ごし豆腐位 (つぶつぶ)		歯ぐきでつぶせる固さ/バナナ位 (荒みじん切)	
	献立	主な食材	献立	主な食材
27日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ ささ身,人参,じゃが芋,チンゲン菜,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身,人参,じゃが芋,チンゲン菜,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 芋おにぎり	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
28日 (火) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,白菜,かぼちゃ,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚と野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,白菜,かぼちゃ,かつおだし かつおだし 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや おろしりんご煮	保育用ミルク 全がゆ,人参,キャベツ,かつおだし りんご	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜) おろしりんご煮	保育用ミルク 軟飯,人参,キャベツ りんご
29日 (水) 午前	全がゆ 豆腐と野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,だいこん,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み みそ汁 (薄味・具なし) 手づかみ野菜	軟飯 絹ごし豆腐,人参,だいこん,キャベツ,かつおだし かつおだし,白みそ だいこん
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ バナナ	保育用ミルク 全がゆ,ブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (ブロッコリー) バナナ	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ブロッコリー バナナ
30日 (木) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,小松菜,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 ゆし豆腐 (薄味) 手づかみ野菜	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,小松菜,かつおだし ゆし豆腐,葉ねぎ,削り節,こいくち醤油 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも) バナナ	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (さつまいも) バナナ	保育用ミルク 軟飯,さつまいも バナナ
31日 (金) 午前	全がゆ ささみのつぶし煮 じゃがいもつぶし煮 だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,小松菜,かつおだし じゃが芋 かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁 手づかみ野菜	軟飯 ささ身ミンチ,人参,小松菜,かつおだし かつおだし じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや バナナ	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり (野菜) バナナ	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ バナナ