

2024年度 5月 献立表（離乳食・後期）



曜	日	献立名		材料名				栄養価 1杯分たんぱく質 脂質 食塩
		昼食	午後 おやつ	血や肉になるもの	熱や力になるもの	体の調子を ととのえるもの	その他	
水	1	軟飯 みそ汁（なす） 豚肉の彩り煮	チーズスティックパン	豚赤身、バルメサン チーズ	米、食パン、バター	なす、きゅうり、に んじん	水、だし汁、みそ	307kcal 10.7g 10.5g 0.6g
木	2	軟飯 和風スープ（麩とわかめ） ブロッコリーのしらす煮	一口おにぎり（のりおかか）	わかめ、しらす干 し、かつお節、あお のり	米、麩	ブロッコリー、にん じん	水、だし汁	303kcal 11.1g 8.1g 0.9g
月	20	軟飯 かぼちゃのスープ チキンのキャベツ煮	フルーツゼリー（りんご） ハイハイせんべい	鶏ささ身、粉寒天	米、ハイハイせん べい	かぼちゃ、キャベ ツ、にんじん、りん ご濃縮還元ジュース	水、だし汁	257kcal 9.2g 7.7g 0.2g
火	7 21	軟飯 みそ汁（かぶ） ツナじゃが煮	一口おにぎり（きな粉）	ツナ缶（水煮）、き な粉（大豆）	米、じゃがいも	かぶ、玉葱、にん じん	水、だし汁、みそ	305kcal 8.8g 8.0g 0.3g
水	8 22	軟飯 みそ汁（さつまいもと玉ねぎ） 人参のそぼろあんかけ	果物（バナナ） ハイハイせんべい	鶏ささ身	米、さつまいも、か たくり粉、ハイハイ せんべい	玉葱、にんじん、パ ナナ	水、だし汁、みそ	271kcal 9.1g 7.7g 0.3g
木	9 23	煮込みうどん かぼちゃの含め煮	一口おにぎり（2種のり・おかか）	しらす干し、かつお 節、あおのり	うどん（ゆで）、米	にんじん、キャベ ツ、かぼちゃ	だし汁、水	285kcal 9.0g 7.9g 0.7g
金	10 24	軟飯 じゃがいものスープ ツナ野菜煮	一口おにぎり（ひじき）	ツナ缶（水煮）、ひ じき（乾）	米、じゃがいも	玉葱、キャベツ、に んじん、きゅうり	水、だし汁	296kcal 8.8g 7.7g 0.3g
月	13 27	軟飯 みそ汁（人参・玉ねぎ） ブロッコリーのそぼろ煮	一口おにぎり（青菜）	鶏ささ身、かつお節	米、かたくり粉	にんじん、玉葱、ブ ロッコリー、ほうれ んそう	水、だし汁、みそ	306kcal 11.1g 7.9g 0.2g
火	14 28	軟飯 かぶのスープ しらすトマト煮	じゃがいもお焼き	しらす干し、あおの り	米、じゃがいも、油	かぶ、玉葱、トマト 缶、キャベツ、にん じん	水、だし汁	256kcal 8.2g 8.7g 0.6g
水	15 29	軟飯 和風スープ（わかめ・もやし） 鮭と野菜の煮びたし	スティックパン	わかめ、鮭	米、食パン、バター	もやし、ほうれんそ う、にんじん	水、だし汁	321kcal 11.4g 11.8g 0.5g
木	16 30	軟飯 みそ汁（小松菜） 鶏のひじき煮	ツナ入り豆腐おやき	ひじき（乾）、鶏さ さ身、絹ごし豆腐、ツ ナ缶（水煮）	米、薄力粉、油	こまつな、玉葱、に んじん、きゅうり、 キャベツ	水、だし汁、みそ	267kcal 11.9g 8.7g 0.3g
金	17 31	軟飯 かぼちゃのスープ 豚肉の野菜煮	一口おにぎり（おかか）	豚赤身、かつお節	米	かぼちゃ、はくさ い、にんじん、玉葱	水、だし汁	313kcal 9.8g 8.8g 0.2g

※都合によりメニューを変更する場合があります。ご了承ください。



ピノキオ幼稚園