

# 5月の献立

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

どようび

## 1 野菜の日

## 2 こどもの日献立

3

4

5

|   |   |   |   |   |
|---|---|---|---|---|
| シーフードカレー<br>麦茶<br>スナッペンどうのツナ炒め<br>果物<br>牛乳<br>ジャムスコーン | 筍ごはん<br>すまし汁(豆腐・三つ葉)<br>鶏肉味噌焼き<br>かぶと白菜の甘酢和え<br>果物<br>牛乳<br>3-5歳 かしわ餅<br>1-2歳 ほうれん草蒸しパン |  |  |  |
|---|---|---|---|---|

7

8

9

10

11

12

|  |   |   |  |  |   |
|--|---|---|--|--|---|
| ごはん<br>味噌汁(キャベツ・麩)<br>ツナじゃが<br>大根のナムル<br>果物<br>牛乳<br>きなこマフィン | 雑穀ごはん<br>味噌汁(豆腐・小松菜)<br>たらのごま焼き<br>ごぼうと人参の炒め煮<br>果物<br>牛乳<br>焼うどん | 味噌ラーメン<br>グリル南瓜カレー風味<br>果物<br>牛乳<br>ごはんの落とし焼き | ごはん<br>味噌汁(卵・ワカメ)<br>豆腐ハンバーグ<br>ふきの炒め煮<br>果物<br>牛乳<br>バターポテト | ビビンバ<br>味噌汁(水菜・フノリ)<br>胡瓜のおかか和え<br>果物<br>牛乳<br>ラスク | 和風スープスパゲッティ<br>小松菜コーン和え<br>果物<br>牛乳<br>せんべい |
|--|---|---|--|--|---|

14

15

16

17

18

19 食育の日

|   |   |   |   |   |  |
|---|---|---|---|---|--|
| ごはん<br>味噌汁(玉葱・シメジ)<br>豆腐チャンプルー<br>ブロッコリーマヨネーズ添え<br>果物<br>牛乳<br>ごまクッキー・かえり煮干 | シーフードカレー<br>麦茶<br>スナッペンどうのツナ炒め<br>果物<br>牛乳<br>ジャムスコーン | 食パン<br>人参ポタージュ<br>鶏肉照り焼き<br>トマトと胡瓜のサラダ<br>果物<br>牛乳<br>ライスピザ | ごはん<br>味噌汁(白菜・エノキ)<br>ほっけフライ<br>ほうれん草納豆和え<br>果物<br>鉄強化チーズ・麦茶<br>豆パン | 麦ごはん<br>豆乳味噌汁(玉葱・人参)<br>豚肉の生姜焼き<br>アスパラソテー<br>果物<br>牛乳<br>オレンジケーキ | 醤油ラーメン<br>じゃが芋の含め煮<br>果物<br>牛乳<br>せんべい |
|---|---|---|---|---|--|

21

22

23

24 誕生会

25

26

|  |   |   |  |  |   |
|--|---|---|--|--|---|
| ごはん<br>味噌汁(キャベツ・麩)<br>ツナじゃが<br>大根のナムル<br>果物<br>牛乳<br>きなこマフィン | 雑穀ごはん<br>味噌汁(豆腐・小松菜)<br>たらのごま焼き<br>ごぼうと人参の炒め煮<br>果物<br>牛乳<br>焼うどん | 味噌ラーメン<br>グリル南瓜カレー風味<br>果物<br>牛乳<br>ごはんの落とし焼き | バターロール<br>チキンと野菜のスープ<br>カレーのソース焼き<br>チーズポテトサラダ<br>果物<br>牛乳<br>いちごゼリー・ビスケット | ビビンバ<br>味噌汁(水菜・フノリ)<br>胡瓜のおかか和え<br>果物<br>牛乳<br>ラスク | 和風スープスパゲッティ<br>小松菜コーン和え<br>果物<br>牛乳<br>せんべい |
|--|---|---|--|--|---|

28

29

30

31

|   |  |   |  |
|---|--|---|--|
| ごはん<br>味噌汁(玉葱・シメジ)<br>豆腐チャンプルー<br>ブロッコリーマヨネーズ添え<br>果物<br>牛乳<br>ごまクッキー・かえり煮干 | ごはん<br>味噌汁(白菜・エノキ)<br>ほっけフライ<br>ほうれん草納豆和え<br>果物<br>牛乳<br>チーズパン | 麦ごはん<br>豆乳味噌汁(玉葱・人参)<br>豚肉の生姜焼き<br>アスパラソテー<br>果物<br>牛乳<br>オレンジケーキ | ごはん<br>味噌汁(卵・ワカメ)<br>豆腐ハンバーグ<br>ふきの炒め煮<br>果物<br>牛乳<br>バターポテト |
|---|--|---|--|

☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆

☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆

# 5月の献立

9～11か月頃 カミカミ期

げつようび かようび すいようび もくようび きんようび どようび

1 野菜の日 2 3 4 5

|  |  |   |   |   |
|--|--|---|---|---|
| 軟飯<br>ミルクスープ(玉葱・人参)<br>カレイ煮魚<br>ゆでじゃがいも<br>果物<br>ミルク蒸しパン | 軟飯<br>すまし汁(豆腐・三つ葉)<br>鶏挽あんかけ煮<br>ゆで白菜<br>果物<br>ほうれん草蒸しパン |  |  |  |
|--|--|---|---|---|

7 8 9 10 11 12

|  |   |  |  |   |   |
|--|---|--|--|---|---|
| 軟飯<br>味噌汁(キャベツ・麩)<br>豆腐煮<br>スティック大根<br>果物<br>きなこ蒸しパン | 軟飯<br>味噌汁(豆腐・小松菜)<br>たらあんかけ煮<br>スティック人参<br>果物<br>うどん煮 | 煮込みうどん<br>(豚挽・玉葱・白菜・人参)<br>ゆで南瓜<br>果物<br>ミルクリゾット | 軟飯<br>味噌汁(麩・ワカメ)<br>豆腐煮<br>ゆで玉葱<br>果物<br>ゆでじゃがいも | 軟飯<br>味噌汁(水菜・フノリ)<br>豚挽あんかけ煮<br>スティック胡瓜<br>果物<br>トースト | 煮込みうどん<br>(鮭・玉葱・人参・キャベツ)<br>ゆで小松菜<br>果物<br>せんべい |
|--|---|--|--|---|---|

14 15 16 17 18 19 食育の日

|   |  |   |  |   |   |
|---|--|---|--|---|---|
| 軟飯<br>味噌汁(玉葱・シメジ)<br>豆腐煮<br>ゆでブロッコリー<br>果物<br>きなこリゾット | 軟飯<br>ミルクスープ(玉葱・人参)<br>カレイ煮魚<br>ゆでじゃがいも<br>果物<br>ミルク蒸しパン | 食パン<br>人参ミルクポタージュ<br>鶏挽あんかけ煮<br>ゆでトマト<br>果物<br>雑炊 | 軟飯<br>味噌汁(白菜・エノキ)<br>ほっけ煮魚<br>ゆでほうれん草<br>果物<br>食パン | 軟飯<br>豆乳味噌汁(玉葱・人参)<br>豚挽あんかけ煮<br>ゆでアスパラ<br>果物<br>オレンジ蒸しパン | 煮込みうどん<br>(豚肉・もやし・人参・ほうれん草)<br>ゆで玉葱<br>果物<br>せんべい |
|---|--|---|--|---|---|

21 22 23 24 誕生会 25 26

|  |   |  |   |   |   |
|--|---|--|---|---|---|
| 軟飯<br>味噌汁(キャベツ・麩)<br>豆腐煮<br>スティック大根<br>果物<br>きなこ蒸しパン | 軟飯<br>味噌汁(豆腐・小松菜)<br>たらあんかけ煮<br>スティック人参<br>果物<br>うどん煮 | 煮込みうどん<br>(豚挽・玉葱・白菜・人参)<br>ゆで南瓜<br>果物<br>ミルクリゾット | 食パン<br>スープ(玉葱・じゃがいも)<br>カレイ煮魚<br>ゆでじゃがいも<br>果物<br>ゼリー | 軟飯<br>味噌汁(水菜・フノリ)<br>豚挽あんかけ煮<br>スティック胡瓜<br>果物<br>トースト | 煮込みうどん<br>(鮭・玉葱・人参・キャベツ)<br>ゆで小松菜<br>果物<br>せんべい |
|--|---|--|---|---|---|

28 29 30 31

|   |   |   |  |
|---|---|---|--|
| 軟飯<br>味噌汁(玉葱・シメジ)<br>豆腐煮<br>ゆでブロッコリー<br>果物<br>きなこリゾット | 軟飯<br>味噌汁(白菜・エノキ)<br>ほっけ煮魚<br>ゆでほうれん草<br>果物<br>雑炊 | 軟飯<br>豆乳味噌汁(玉葱・人参)<br>豚挽あんかけ煮<br>ゆでアスパラ<br>果物<br>オレンジ蒸しパン | 軟飯<br>味噌汁(麩・ワカメ)<br>豆腐煮<br>ゆで玉葱<br>果物<br>ゆでじゃがいも |
|---|---|---|--|

☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆  
 ☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆

# 5月の献立

7～8か月頃 モグモグ期

☆野菜スープは野菜と  
昆布を煮たすまし汁です☆

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

どようび

1 野菜の日

2

3

4

5

|  |   |   |  |  |
|--|---|---|--|--|
| <p>粥<br/>野菜スープ<br/>カレイ煮魚<br/>ゆでじゃがいも</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>鶏挽あんかけ煮<br/>ゆで白菜</p> | <p>憲法記念の日</p>  | <p>みどりの日</p>  | <p>こどもの日</p>  |
|--|---|---|--|--|

7

8

9

10

11

12

|  |  |   |                                     |  |   |
|--|--|---|-------------------------------------|--|---|
| <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>スティック大根</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>たらあんかけ煮<br/>スティック人参</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>鶏挽あんかけ煮<br/>ゆで南瓜</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>ゆで玉葱</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豚挽あんかけ煮<br/>スティック胡瓜</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>ゆでキャベツ<br/>ゆで小松菜</p> |
|--|--|---|-------------------------------------|--|---|

14

15

16

17

18

19 食育の日

|   |  |  |  |  |   |
|---|--|--|--|--|---|
| <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>ゆでブロッコリー</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>カレイ煮魚<br/>ゆでじゃがいも</p> | <p>パン粥・スティックパン<br/>野菜スープ<br/>鶏挽あんかけ煮<br/>ゆでトマト</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>ほっけ煮魚<br/>ゆでほうれん草</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豚挽あんかけ煮<br/>ゆでさつまいも</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>スティック人参<br/>ゆで玉葱</p> |
|---|--|--|--|--|---|

21

22

23

24 誕生会

25

26

|  |  |   |  |  |   |
|--|--|---|--|--|---|
| <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>スティック大根</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>たらあんかけ煮<br/>スティック人参</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>鶏挽あんかけ煮<br/>ゆで南瓜</p> | <p>パン粥・スティックパン<br/>野菜スープ<br/>カレイ煮魚<br/>ゆでじゃがいも</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豚挽あんかけ煮<br/>スティック胡瓜</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>ゆでキャベツ<br/>ゆで小松菜</p> |
|--|--|---|--|--|---|

28

29

30

31

|   |  |  |                                     |
|---|--|--|-------------------------------------|
| <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>ゆでブロッコリー</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>ほっけ煮魚<br/>ゆでほうれん草</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豚挽あんかけ煮<br/>ゆでさつまいも</p> | <p>粥<br/>野菜スープ<br/>豆腐煮<br/>ゆで玉葱</p> |
|---|--|--|-------------------------------------|

☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆  
☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆



# 5月の献立

6ヶ月頃 ゴックン期  
 ☆野菜は全て煮つぶしています☆  
 ☆野菜スープは昆布と野菜と野菜を煮たすまし汁です☆

げつようび

かようび

すいようび

もくようび

きんようび

どようび

1 野菜の日

2

3

4

5

|                                 |                            |   |   |   |
|---------------------------------|----------------------------|---|---|---|
| つぶし粥<br>野菜スープ<br>カレイ煮魚<br>じゃがいも | つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>白菜 |  |  |  |
|---------------------------------|----------------------------|---|---|---|

7

8

9

10

11

12

|                            |                                |                           |                            |                                |                              |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>大根 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>人参 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>白菜<br>南瓜 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>玉葱 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>胡瓜 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>キャベツ<br>小松菜 |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------|----------------------------|--------------------------------|------------------------------|

14

15

16

17

18

19 食育の日

|                                |                                 |                            |                                   |                                 |                           |
|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------|
| つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>ブロッコリー | つぶし粥<br>野菜スープ<br>カレイ煮魚<br>じゃがいも | パン粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>トマト | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>ほうれん草 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>カレイ煮魚<br>さつまいも | つぶし粥<br>野菜スープ<br>人参<br>玉葱 |
|--------------------------------|---------------------------------|----------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|---------------------------|

21

22

23

24 誕生会

25

26

|                            |                                |                           |                                |                                |                              |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------|
| つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>大根 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>人参 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>白菜<br>南瓜 | パン粥<br>野菜スープ<br>カレイ煮魚<br>じゃがいも | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>胡瓜 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>キャベツ<br>小松菜 |
|----------------------------|--------------------------------|---------------------------|--------------------------------|--------------------------------|------------------------------|

28

29

30

31

|                                |                                   |                                 |                            |
|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|
| つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>ブロッコリー | つぶし粥<br>野菜スープ<br>たらあんかけ煮<br>ほうれん草 | つぶし粥<br>野菜スープ<br>カレイ煮魚<br>さつまいも | つぶし粥<br>野菜スープ<br>豆腐煮<br>玉葱 |
|--------------------------------|-----------------------------------|---------------------------------|----------------------------|

☆毎月1日は野菜の日☆19日は食育の日☆  
 ☆献立は変更になる場合があります☆ご了承ください☆