離乳食献立

2025年5月

あゆみ保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
01木	(牛乳) 軟飯 肉じゃが キャベツの煮浸し みそ汁 (シュガートースト)	5倍粥 肉じゃが キャベツの煮浸し みそ汁 (かぼちゃ粥)	7倍粥 じゃがいもとひき肉のあんかけ キャベツの煮浸し みそ汁 (かぼちゃ粥)	
02金	(牛乳) 軟飯 ハンバーグ かぼちゃのサラダ スープ (にんじん蒸しパン)	5倍粥 ハンバーグ かぼちゃのサラダ スープ (にんじん粥)	7倍粥 そぼろ煮 かぼちゃのサラダ スープ (にんじん粥)	
03土	憲法記念日			
04日	みどりの日			
05月	こどもの日			
06火	振替休日			
07水	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 人参の甘煮 みそ汁 (じゃが芋のおやき)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 人参の甘煮 みそ汁 (じゃが芋煮)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 人参の甘煮 みそ汁 (じゃが芋煮)	
08木	(牛乳) 軟飯 鮭の甘辛煮 マカロニサラダ みそ汁 (雑炊)	5倍粥 鮭の甘辛煮 きゅうりのサラダ みそ汁 (雑炊)	7倍粥 鮭の甘辛煮 きゅうりのサラダ みそ汁 (雑炊)	
09金	(牛乳) 野菜あんかけ丼 にんじんサラダ スープ (煮込みうどん)	野菜あんかけ丼 人参サラダ スープ (煮込みうどん)	野菜あんかけ丼 人参サラダ スープ (煮込みうどん)	
10土	(牛乳) 野菜そぼろ丼 ヨーグルト みそ汁 (雑炊)	野菜のそぼろ丼 ヨーグルト みそ汁 (雑炊)	野菜のそぼろ丼 ヨーグルト みそ汁 (雑炊)	
12月	(牛乳) 軟飯 ささみと野菜煮 ポテトサラダ みそ汁 (味噌雑炊)	5倍粥 ささみと野菜煮 ポテトサラダ みそ汁 (味噌雑炊)	7倍粥 ささみと野菜煮 ポテトサラダ みそ汁 (味噌雑炊)	
13火	(牛乳) 食パンスティック ポトフ風煮込み キャベツのサラダ パナナ	5倍粥 ポトフ風煮込み キャベツのサラダ パナナ (茶飯粥)	7倍粥 ポトフ風煮込み キャベツのやわらか煮 パナナ (茶飯粥)	
14水	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ	5倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ (じゃが芋煮)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ (じゃが芋煮)	
15木	(牛乳) 軟飯 肉じゃが 大根のサラダ みそ汁 (チーズトースト)	5倍粥 肉じゃが 大根のサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	7倍粥 肉じゃが 大根のサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	
16金	(牛乳) ミートうどん 人参のサラダ スープ (野菜雑炊)	ミートうどん 人参のサラダ スープ (野菜雑炊)	ミートうどん 人参のサラダ スープ (野菜雑炊)	

離乳食献立

2025年5月

あゆみ保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
17土	(牛乳) 野菜あんかけ丼 みそ汁 さつまいもの甘煮 (煮込みうどん)	野菜あんかけ粥 みそ汁 さつまいもの甘煮 (煮込みうどん)	野菜あんかけ粥 みそ汁 さつまいもの甘煮 (煮込みうどん)	
19月	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ みそ汁	5倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ みそ汁 (きな粉粥)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ みそ汁 (きな粉粥)	
20火	(牛乳) 軟飯 ささみと野菜煮 キャベツのサラダ みそ汁	5倍粥 ささみと野菜煮 キャベツのサラダ みそ汁 (茶飯粥)	7倍粥 ささみと野菜煮 キャベツのサラダ みそ汁 (茶飯粥)	
21水	(牛乳) 煮込みうどん 人参のサ ラダ ふかし芋 (雑炊)	煮込みうどん 人参サ ラダ ふかし芋 (雑炊)	煮込みうどん 人参サ ラダ ふかし芋 (雑炊)	
22木	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 スパゲティサラダ すま し汁 (にんじんパンケー)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ すま し汁 (にんじん粥)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりのサラダ すま し汁 (にんじん粥)	
23金	(牛乳) ミート丼 にんじんのサ ラダ ヨーグルト (きなこトースト)	ミート粥 にんじんのサ ラダ ヨーグルト (きなこ粥)	ミート粥 にんじんのサ ラダ ヨーグルト (きなこ粥)	
24土	(牛乳) マーボー豆腐丼 スープ ヨーグルト (雑炊)	マーボー豆腐粥 スープ ヨーグルト (雑炊)	マーボー豆腐粥 スープ ヨーグルト (雑炊)	
26月	(牛乳) 軟飯 じゃがいものそぼ ろ煮 きゅうりのサラダ みそ汁 (野菜雑炊)	5倍粥 じゃがいものそ ぼろ煮 きゅうりのサ ラダ みそ汁 (野菜雑炊)	7倍粥 じゃがいものそ ぼろ煮 きゅうりのサ ラダ みそ汁 (野菜雑炊)	
27火	(牛乳) 食パンスティック ハン バーグ キャベツサラダ スープ (みそ粥)	5倍粥 ハンバーグ キャベツサラダ スープ (みそ粥)	7倍粥 そぼろ煮 キャ ベツサラダ スープ (みそ粥)	
28水	(牛乳) そぼろ丼 人参の甘煮 すまし汁 (煮込みうどん)	そぼろ粥 人参の甘煮 すまし汁 (煮込みうどん)	そぼろ粥 人参の甘煮 すまし汁 (煮込みうどん)	
29木	(牛乳) 軟飯 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 す まし汁	5倍粥 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 す まし汁 (きな粉粥)	7倍粥 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草の和え物 す まし汁 (きな粉粥)	
30金	(牛乳) 軟飯 カレイの味噌煮 人参のサラダ すまし汁 (シュガートースト)	5倍粥 カレイの味噌煮 人参サラダ すまし汁 (にんじん粥)	7倍粥 カレイの味噌煮 人参サラダ すまし汁 (にんじん粥)	
31土	(牛乳) 野菜のそぼろ丼 南瓜の 甘煮 スープ (煮込みうどん)	野菜のそぼろ粥 南瓜の 甘煮 スープ (煮込みうどん)	野菜のそぼろ煮 南瓜の 甘煮 スープ (煮込みうどん)	

抵抗力の弱い赤ちゃん。離乳食を作る時は口に入るものだけではなく、調理器具などの衛生を十分に気を付けて食中毒が起きないように心がけることも大切です。

- ①食器・調理器具は煮沸消毒をしましょう。煮沸消毒が済んだら清潔な布巾で拭いて乾燥します。
- ②包丁は柄も洗いましょう。食材がこびりついていたりするので、しっかり洗いましょう。
- ③食べ残しの離乳食はその都度捨てましょう。放置されていた食べ残しには短時間で菌が増殖する可能性があります。
- ④調理前は指の間まで洗いましょう。手首・指先も忘れずに。