



5月 幼児食予定献立表



平成30年

玉の子保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食		1 親子丼 野菜のゴマサラダ ヘチマと厚揚げの味噌汁 フルーツ	2 ハヤシライス ミモザサラダ コーンスープ フルーツ	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
おやつ		おにぎり 麦茶	柏餅 牛乳			
幼児食	7 鯛めし オクラとモロヘイヤの和え物 ゆし豆腐汁 フルーツ	8 ご飯 炒り豆腐 キュウリのカレー漬け ジャガイモの味噌汁 フルーツ	9 中華丼 大根のナムル 冬瓜の清汁 フルーツ	10 ビーフカレー フレンチサラダ トマトスープ フルーツ	11 弁当会	12 黒米ごはん ハンパンの肉詰め揚げ ヒジキサラダ むらくも汁 フルーツ
おやつ	スナックパン 牛乳	ブラウニー 牛乳	おにぎり 麦茶	サツマイモのゴマ揚げ 牛乳	今川焼き 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	14 ご飯 ワッ缶のかき揚げ 彩り野菜サラダ のっぺい汁 フルーツ	15 ご飯 ヒジキ入り卵焼き ゴーヤンブシ イナムル汁 フルーツ	16 食パン ポテトグラタン レーズン入りサラダ 豆乳スープ	17 カラシ菜チャーハン 豚肉のロールフライ スティックキュウリ 変わり呉汁 フルーツ	18 菜飯(セーフアン) サトイモの煮物 キュウリとワカメの和え物 フルーツ	19 職員研修
おやつ	ウインナーサンド 牛乳	ちんすこう 牛乳	おにぎり 麦茶	ソーメンチャンプルー 麦茶	くず餅 牛乳	
幼児食	21 ご飯 魚と豆のトマトカレー煮 キャベツのゴマ和え モロヘイヤのバスタスープ フルーツ	22 豚挽肉とモスクのそぼろあん丼 ゴーヤの天ぷら シラス入りゴマ和え 豆腐の清汁 フルーツ	23 沖縄そば ハンダマの和え物 フルーツ	24 あわご飯 回鍋肉(ホイコーロー) ゴーヤとパインのサラダ 根菜汁 フルーツ	25 誕生会 五目寿司 チキンカツ コーンサラダ キャベツスープ フルーツ	26 弁当会
おやつ	ポテトサンド 牛乳	ホットケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶	焼き芋 牛乳	誕生ケーキ 牛乳	おにぎり 麦茶
幼児食	28 エビチャーハン 野菜の海苔酢和え 青菜のスープ フルーツ	29 ご飯 イカフライ ポテトサラダ 大根ンブシ フルーツ	30 あわご飯 チキンのケチャップ煮 ヒジキの炒め煮 キュウリのゴマ和え タマゴスープ フルーツ	31 クレソンの雑炊 モスクの天ぷら 小松菜の和え物 サトイモの味噌汁 フルーツ		
おやつ	ピラヤーチー 牛乳	豆腐トナツ 牛乳	おにぎり 麦茶	ぜんざい 牛乳		

平成30年

5月 離乳食予定献立表

玉の子保育園

日	曜日	7~8ヶ月頃 (舌でつぶせる硬さ)	9~11ヶ月頃 (歯茎でつぶせる硬さ)	材 料	おやつ	
1	火	全粥 押し野菜の煮物 豆腐の味噌汁 ホレン草の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 押し野菜の煮物 フルーツ ホレン草の軟らか煮 豆腐の味噌汁	米 押し 豆腐 タマネギ ニンジン 長ネギ ホホ ホレン草	野菜おじや ミルク	
2	水	全粥 野菜汁 キュウりのつぶし煮 コンソメスープ フルーツ	全粥→軟飯 野菜汁 コンソメスープ 軟らかキュウリサラダ フルーツ	米 タマネギ 押し ニンジン コーン キュウリ ホレン草 ネギ	蒸しパン ミルク	
7	月	全粥 白身魚と野菜の煮物 フルーツ キャベツの軟らか煮 ゆし豆腐汁	全粥→軟飯 魚と野菜の煮物 フルーツ 軟らかキャベツの白和え ゆし豆腐汁	米 白身魚 豆腐 ニンジン グリンピース キャベツ キュウリ	野菜おじや ミルク	
8	火	全粥 豆腐の葛煮 押し野菜の煮物 ジャガ 任の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 豆腐と野菜の煮物 フルーツ 軟らかキュウリサラダ ジャガ 任の味噌汁	米 押し 豆腐 ニンジン 長ネギ ピーマン キュウリ グリンピース 小松菜 ジャガ 任	蒸しパン ミルク	
9	水	全粥 白身魚の葛煮 冬瓜の清汁 小松菜と大根の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 大根と小松菜の軟らか煮 冬瓜の清汁	米 白身魚 キャベツ タマネギ ニンジン インゲン 小松菜 大根 冬瓜 豆腐	ニンジンおじや ミルク	
10	木	全粥 野菜汁 キャベツとトマトの軟らか煮 コンソメスープ フルーツ	全粥→軟飯 野菜汁 コンソメスープ キャベツとトマトの軟らか煮 フルーツ	米 押し ジャガ 任 タマネギ グリンピース ニンジン トマト キャベツ レタス キュウリ	サツマ芋マッシュ ミルク	
11	金	弁 当 会				乳児用お菓子 ミルク
12	土	全粥 白身魚の葛煮 キュウリの軟らか煮 むらくも汁 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 軟らかキュウリサラダ むらくも汁 フルーツ	米 豆腐 白身魚 タマネギ サラダ 菜 キュウリ 大根 長ネギ	野菜おじや ミルク	
14	月	全粥 白身魚と野菜の煮物 ほう ちま 豆腐の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 ほう ちま のつべい汁 フルーツ	米 白身魚 豆腐 ほう ちま ニンジン キュウリ	海苔おじや ミルク	
15	火	全粥 押しとニンジンの煮物 豆腐の葛煮 ジャガ 任の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 押しとニンジンの煮物 フルーツ 豆腐とゴー ーの煮物 ジャガ 任の味噌汁	米 押し 豆腐 ゴー ー ニンジン ネギ タマネギ ジャガ 任	蒸しパン ミルク	
16	水	全粥 白身魚とジャガ 任の煮物 フルーツ キャベツの軟らか煮 豆乳スープ	全粥→軟飯 白身魚とジャガ 任の煮物 軟らかキャベツサラダ 豆乳スープ フルーツ	米 白身魚 ジャガ 任 ニンジン タマネギ 赤ピーマン キャベツ キュウリ	野菜おじや ミルク	
17	木	全粥 押しと野菜の煮物 キュウリのつぶし煮 小松菜の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 押しと野菜の煮物 フルーツ 軟らかキュウリサラダ 小松菜の味噌汁	米 シラス タマネギ カラ 菜 ニンジン キュウリ 大豆 大根 小松菜 長ネギ	軟らかホットケーキ ミルク	
18	金	全粥 高野豆腐の煮物 ネギの清汁 軟らかキャベツサラダ フルーツ	全粥→軟飯 高野豆腐の煮物 ネギの清汁 軟らかキャベツとキュウリのサラダ フルーツ	米 押し 高野豆腐 ニンジン カラ 菜 キュウリ キャベツ ジャガ 任	野菜おじや ミルク	
19	土	職 員 研 修				
21	月	全粥 白身魚の葛煮 軟らかキュウリサラダ ホレン草のスープ フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と豆の煮物 フルーツ ホレン草のバス スープ 軟らかキュウリサラダ	米 白身魚 大豆 モロヘイヤ ホレン草 タマネギ ニンジン	野菜おじや ミルク	
22	火	全粥 押しと野菜の煮物 豆腐の清汁 小松菜の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 押しと野菜の煮物 フルーツ ニンジンと豆腐の煮物 豆腐の清汁	米 押し 豆腐 サラダ 菜 キュウリ ニンジン 小松菜 モヤシ シラス	蒸しパン ミルク	
23	水	全粥 白身魚と野菜の煮物 ネギの味噌汁 ニンジンと豆腐の軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 ニンジンと豆腐の煮物 そば汁 フルーツ	米 白身魚 豆腐 小松菜 ニンジン ネギ キュウリ	野菜おじや ミルク	
24	木	全粥 押しとキャベツの煮物 根菜汁 キュウリの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 押しとキャベツの煮物 根菜汁 キュウリの軟らか煮 フルーツ	米 押し キャベツ ピーマン 長ネギ ニンジン ジャガ 任 大根 キュウリ ゴー ー	軟らかホットケーキ ミルク	
25	金	全粥 押しとニンジンの煮物 フルーツ ジャガ 任マッシュ キャベツスープ	全粥→軟飯 押しとニンジンの煮物 フルーツ ジャガ 任マッシュ キャベツスープ	米 押し ニンジン ジャガ 任 キュウリ コーン タマネギ キャベツ ニラ	蒸しパン ミルク	
26	土	弁 当 会				野菜おじや ミルク
28	月	全粥 白身魚の葛煮 青菜のスープ ニンジンとキュウリの軟らか煮 フルーツ	全粥→軟飯 白身魚と野菜の煮物 果物 ニンジンとキュウリの軟らか煮 青菜のスープ	米 白身魚 ネギ ニンジン グリンピース 小松菜 豆腐 キュウリ キャベツ ピーマン	海苔おじや ミルク	
29	火	全粥 白身魚とニンジンの煮物 フルーツ ジャガ 任マッシュ 大根の味噌汁	全粥→軟飯 魚とニンジンの煮物 フルーツ 軟らかホ トサラダ 大根の味噌汁	米 白身魚 豆腐 ジャガ 任 ニンジン キュウリ タマネギ コーン 大根	蒸しパン ミルク	
30	水	全粥 押しとジャガ 任の煮物 フルーツ キュウリのつぶし煮 長ネギのスープ	全粥→軟飯 押しとジャガ 任の煮物 軟らかキュウリサラダ 長ネギのスープ フルーツ	米 押し ジャガ 任 ニンジン インゲン 長ネギ ピーマン キュウリ	野菜おじや ミルク	
31	木	全粥 押しと野菜の煮物 小松菜の軟らか煮 ジャガ 任の味噌汁 フルーツ	全粥→軟飯 押しと野菜の煮物 フルーツ 小松菜の軟らか煮 ジャガ 任の味噌汁	米 押し モヤシ タマネギ ニンジン ニラ コーン 小松菜 豆腐 長ネギ	軟らかホットケーキ ミルク	

平成30年

☆☆☆☆☆

5月 幼児食予定献立表

☆☆☆☆☆

玉の子夜間保育園

	月	火	水	木	金	土
幼児食		1 焼肉丼 キャベツとハムのサラダ わかめの味噌汁 フルーツ	2 ご飯 秋刀魚の蒲焼き マッシュポテト きんぴらごぼう ゆし豆腐 フルーツ	3 憲法記念日	4 みどりの日	5 こどもの日
離乳食		おかゆ ささみのそぼろ煮 軟らかきゃべつサラダ 味噌汁	おかゆ 魚のくず煮 じゃが芋の煮物 ゆし豆腐			
幼児食	7 ご飯 魚の香り揚げ 彩り野菜サラダ 味噌汁 フルーツ	8 黒米ご飯 豆腐チャンプルー モズクサラダ 味噌汁 フルーツ	9 スパゲティーナポリタン サンドイッチ サツマイモのサラダ スープ フルーツ	10 麦ご飯 沖縄風煮付け ブロッコリーのおかか和え 味噌汁 フルーツ	11 弁当会	12 チキンから揚げ丼 春雨とトマトの中華サラダ スープ フルーツ
離乳食	おかゆ 魚と野菜の煮物 軟らかトマトサラダ 味噌汁	おかゆ ささみと豆腐の煮物 軟らか野菜サラダ 味噌汁	おかゆ 魚のトマト煮 サツマイモのマッシュ スープ	おかゆ ささみと大根の煮物 軟らかブロッコリー 味噌汁		五目がゆ 軟らか春雨サラダ スープ
幼児食	14 天津丼 ポテトサラダ 小松菜のスープ フルーツ	15 野菜カレー グリーンサラダ コンソメスープ フルーツ	16 ご飯 豆腐ハンバーグ きんぴらごぼう スパゲティーサラダ 味噌汁 フルーツ	17 ご飯 魚フライ ゴーヤーチャンプルー 和え物 きのこの味噌汁 フルーツ	18 ご飯 豚肉のロール巻き 煮物 ゴマサラダ ソーメン汁 フルーツ	19 職員研修
離乳食	おかゆ ささみと野菜の煮物 小松菜軟らか煮 スープ	野菜のおじや 軟らかサラダ コンソメスープ	おかゆ 軟らかスパサラダ 魚と豆腐の煮物 味噌汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 軟らかサラダ 味噌汁	おかゆ 魚の煮物 野菜の軟らか煮 ソーメン汁	
幼児食	21 豚肉のハヤシライス 和風サラダ 野菜豆乳スープ フルーツ	22 ご飯 鮭の塩焼き 卵焼き 野菜ゴマサラダ わかめの味噌汁 フルーツ	23 麦ご飯 肉じゃが ほうれん草の大徳寺浸し 根菜の味噌汁 フルーツ	24 ご飯 野菜ちゃんぷルー 秋刀魚の蒲焼き きゅうりの梅肉和え 鶏肉と大根のスープ フルーツ	25 ご飯 ミートローフ 花畑サラダ けんちん汁 フルーツ	26 弁当会
離乳食	ささみとトマトのおじや 軟らかサラダ スープ	おかゆ 魚のくず煮 野菜煮浸し 味噌汁	おかゆ ささみと野菜の煮物 ほうれん草軟らか煮 味噌汁	おかゆ 魚の煮物 野菜の煮物 大根スープ	おかゆ ささみとじゃが芋の煮物 軟らかサラダ 清汁	
幼児食	28 黒米ご飯 イカフライ 野菜と豆腐のサラダ 冬瓜ンブシー フルーツ	29 ひじき混ぜご飯 ソーキ汁 じゃが芋の煮物 きゅうりの浅漬け	30 粟ご飯 魚のノルウェー煮 ブロッコリーのソテー のっぺい汁 フルーツ	31 黒米ご飯 はんぺんとあさりの卵焼き かぼちゃの含め煮 小松菜のナムル 豆腐のむらくもスープ フルーツ		
離乳食	おかゆ 魚のそぼろ煮 軟らかサラダ スープ	おかゆ ささみと豆腐の煮物 野菜煮浸し 味噌汁	おかゆ 魚と大豆の煮物 ブロッコリー軟らか煮 スープ	おかゆ ささみと南瓜の煮物 小松菜の軟らか煮 スープ		