



5月の献立表(離乳食)

R.7 富田保育園

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午後 昼食 材料	<p>すがすがしい新緑の季節となりました。紫外線が弱い今の時期にたくさんお散歩をして、脳の発達や五感への刺激をあたえましょう。外気にふれることで、成長に欠かせないビタミンDが増え、骨が丈夫になります。 また免疫力も高くなるので丈夫な身体になります。 4月はお腹の調子が悪い子や体調を崩す子が多くみられました。 日光浴を心掛け、丈夫な体を目指しましょう(*^▽^*) 〇…湯冷まし △…お茶</p> 			<p>1 おかし △</p> <p>★お粥 ★さわらの煮つけ★温野菜 ★トマト★豆腐汁</p> <p>さわら 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 豆腐 椎茸 長ネギ</p>	<p>2 こいのぼりゼリー ○</p> <p>★白身魚入り煮込みうどん</p> <p>赤魚 うどん麺 玉ねぎ 人参 椎茸 長ネギ</p>	<p>3</p> <p>憲法記念日</p>
午後 昼食 材料	<p>5</p> <p>こどもの日</p>	<p>6</p> <p>振替休日</p>	<p>7 フルーツ ○</p> <p>★お粥★焼鮭 ★マカロニサラダ ★トマト★お吸い物</p> <p>鮭 ジャが芋 玉ねぎ 人参 マカロニ きゅうり ツナ缶 トマト</p>	<p>8 焼きいも △</p> <p>★お粥★さわら煮 ★温野菜サラダ ★トマト★菜っ葉汁</p> <p>さわら レタス きゅうり トマト 菜っ葉 とろろ昆布</p>	<p>9 おかし ○</p> <p>★野菜たっぷり煮込みうどん</p> <p>挽肉 うどん麺 キャベツ 玉ねぎ もやし 人参 椎茸 長ネギ</p>	<p>10 おかし △</p> <p>★お粥★ホキの煮魚 ★具沢山スープ★フルーツ</p> <p>ホキ ジャが芋 玉ねぎ 人参</p>
午後 昼食 材料	<p>12 おかし ○</p> <p>★お粥 ★白身魚の磯部焼き★温野菜 ★トマト★けんちん汁</p> <p>ほっけ 青海苔 レタス きゅうり コーン トマト 大根 椎茸 人参</p>	<p>13 おかし △</p> <p>★お粥★カレイの煮つけ ★きゅうりとキャベツ煮 ★トマト★大根汁</p> <p>カレイ 鶏肉 キャベツ 椎茸 青海苔 きゅうり 塩昆布 トマト 大根 長ネギ</p>	<p>14 フルーツヨーグルト ○</p> <p>★お粥★鮭と野菜煮★ポテトサラダ★トマト★お吸い物</p> <p>鮭 玉ねぎ ジャが芋 きゅうり 人参 トマト</p>	<p>15 おかし △</p> <p>★お粥★さわらと玉ねぎ煮 ★小松菜お浸し ★トマト★もやし汁</p> <p>さわら タマネギ もやし 人参 小松菜 なめだけ トマト 豆腐 長ネギ</p>	<p>16 おかし ○</p> <p>★野菜たっぷり煮込みうどん</p> <p>赤魚 うどん麺 ほうれん草 玉ねぎ 椎茸 白菜 人参</p>	<p>17 おかし △</p> <p>★お粥★ホキの煮魚 ★具沢山スープ★フルーツ</p> <p>ホキ ジャが芋 玉ねぎ 人参</p>
午後 昼食 材料	<p>19 おかし ○</p> <p>★お粥 ★ホックとキャベツ煮 ★トマト★小松菜汁</p> <p>ほっけ キャベツ きゅうり 人参 コーン缶 トマト 小松菜 椎茸</p>	<p>20 ヨーグルト △</p> <p>★お粥 ★カレイともやしの煮びたし ★トマト★豆腐汁</p> <p>かれい もやし 人参 椎茸 ピーマン トマト 豆腐</p>	<p>21 おかし ○</p> <p>★2色粥 ★鮭のあおさ焼き ★温野菜★お吸い物</p> <p>鮭 青海苔 鮭 ほうれん草 レタス きゅうり トマト 白身魚 三つ葉 花麴</p>	<p>22 おかし △</p> <p>★お粥★さわらのひき肉煮 ★人参しりしり ★トマト★豆腐汁</p> <p>さわら 挽肉 キャベツ 椎茸 人参 トマト 豆腐 長ネギ</p>	<p>23 おかし ○</p> <p>★チャンボンうどん</p> <p>豚肉 うどん麺 キャベツ もやし 人参 長ネギ</p>	<p>24 おかし △</p> <p>★お粥★ホキの煮魚 ★具沢山スープ★フルーツ</p> <p>ホキ ジャが芋 玉ねぎ 人参</p>
午後 昼食 材料	<p>26 おかし ○</p> <p>★お粥★ほっけの照り焼き ★鉄分サラダ ★トマト★わかめ汁</p> <p>ほっけ ひじき 人参 ほうれん草 ツナ缶 トマト 豆腐 わかめ 長ネギ</p>	<p>27 おかし △</p> <p>★お粥★カレイ煮つけ ★きゅうり納豆和え ★トマト★豚汁刻み</p> <p>かれい 豚肉 きゅうり 納豆 トマト 白菜 人参 椎茸 玉ねぎ 長ネギ</p>	<p>28 フルーツ ○</p> <p>★お粥 ★鮭とキャベツ煮 ★トマト★お吸い物</p> <p>鮭 キャベツ きゅうり 人参 トマト 豆腐</p>	<p>29 おかし △</p> <p>★お粥★さわらと白菜煮 ★きゅうりともやしお浸し ★トマト★納豆汁</p> <p>さわら 玉ねぎ 白菜 焼豆腐 もやし きゅうり わかめ トマト 納豆 豆腐 長ネギ</p>	<p>30 おかし ○</p> <p>★焼うどん★スープ</p> <p>うどん麺 キャベツ もやし 椎茸 ピーマン 人参</p>	<p>31 おかし △</p> <p>★お粥★ホキの煮魚 ★具沢山スープ★フルーツ</p> <p>ホキ ジャが芋 玉ねぎ 人参</p>