

2025年度 5がつ

こ ん だ て

末吉にこにこ保育園

日 (曜)	ごっくん期 (初期ごろ 5~6ヶ月ごろ)		もぐもぐ期 (中期ごろ 7~8ヶ月ごろ)		かみかみ期 (後期ごろ 9~11ヶ月ごろ)	
	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材	メニュー	使用している食材
12 ・ 26 (月)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐とキャベツのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・キャベツ	おかゆ ささみと茄子の煮物 人参の煮物 キャベツスープ	精白米・ささみ・茄子・人参 キャベツ かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 豆腐ハンバーグ 人参の煮物 キャベツスープ	精白米・豚ひき肉(赤身)・豆腐 人参・キャベツ サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉
13 ・ 27 (火)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩と小松菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・小松菜	うどん(小松菜) 鮭とえのきの煮物 きゅうりの煮物	うどん・小松菜・鮭・えのき きゅうり かつおだし・醤油・片栗粉	うどん(小松菜) 鮭とえのきの味噌煮 きゅうりの煮物	うどん・小松菜・鮭・えのき きゅうり かつおだし・醤油・片栗粉・味噌
14 ・ 28 (水)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいと南瓜のマッシュ	精白米・人参・玉葱 かれい・南瓜	パンがゆ かれいと玉葱の煮物 南瓜の煮物 ほうれん草スープ	食パン・粉ミルク・かれい 玉葱・南瓜・ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン かれいと玉葱の煮物 南瓜の煮物 ほうれん草スープ	食パン・かれい 玉葱・南瓜・ほうれん草 かつおだし・醤油・片栗粉
1 15 29 (木)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐と人参のつぶし煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・	ひじきがゆ 大豆としめじの煮物 大根の煮物 トマトスープ	精白米・ひじき・大豆・しめじ 大根・トマト かつおだし・醤油・片栗粉	ひじきがゆ 大豆としめじのあんかけ 大根の煮物 トマトスープ	精白米・ひじき・大豆・しめじ 大根・トマト かつおだし・醤油・片栗粉
2 16 30 (金)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとさつま芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 しらす・さつま芋	おかゆ しらすとチンゲン菜の煮物 さつま芋の煮物 もやしスープ	精白米・しらす・チンゲン菜 さつま芋・もやし かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ しらすとチンゲン菜の煮物 さつま芋の煮物 もやしスープ	精白米・しらす・チンゲン菜 さつま芋・もやし かつおだし・醤油・片栗粉
17 ・ 31 (土)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩とブロッコリーのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・ブロッコリー	おかゆ 麩とブロッコリーの煮物 じゃが芋の煮物 えのきスープ	精白米・麩・ブロッコリー じゃが芋・えのき かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 麩とブロッコリーの煮物 じゃが芋の煮物 えのきスープ	精白米・麩・ブロッコリー じゃが芋・えのき かつおだし・醤油・片栗粉
19 (月)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすとほうれん草のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・ほうれん草	おかゆ 鮭とほうれん草のあんかけ かぶの煮物 コーンスープ	精白米・鮭・ほうれん草 かぶ・コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ ほうれん草のそぼろあんかけ かぶの煮物 コーンスープ	精白米・ほうれん草 豚ひき肉(赤身)・かぶ・コーン缶 かつおだし・醤油・片栗粉
20 (火)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩とかぶのトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・かぶ	パンがゆ ツナのとマト煮 南瓜の煮物 茄子スープ	食パン・粉ミルク・ツナ缶・トマト 南瓜・茄子 かつおだし・醤油・片栗粉	食パン ツナのとマト煮 南瓜の煮物 茄子スープ	食パン・ツナ缶・トマト 南瓜・茄子 かつおだし・醤油・片栗粉
7 ・ 21 (水)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 豆腐ときゅうりのくず煮	精白米・人参・玉葱 豆腐・きゅうり	きな粉がゆ 豆腐とキャベツの煮物 きゅうりの煮物 葱スープ	精白米・きな粉・豆腐・キャベツ きゅうり・万能葱 かつおだし・醤油・片栗粉	きな粉がゆ コロッケ きゅうりの煮物 葱スープ	精白米・きな粉・じゃが芋 豚ひき肉(赤身)・きゅうり・万能葱 サラダ油 かつおだし・醤油・片栗粉・パン粉
8 ・ 22 (木)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ しらすと茄子のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 しらす・茄子	おかゆ しらすと茄子の煮物 さつま芋の煮物 小松菜スープ	精白米・しらす・茄子・さつま芋 小松菜 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ しらすと茄子のカレー風煮 さつま芋の煮物 小松菜スープ	精白米・しらす・茄子・さつま芋 小松菜 かつおだし・醤油・片栗粉・カレー粉
9 ・ 23 (金)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ かれいとさつま芋のマッシュ	精白米・人参・玉葱 かれい・さつま芋	スープスパゲティ(トマト) ささみとさつま芋の煮物 ブロッコリーの煮物	スパゲティ・トマト・ささみ さつま芋・ブロッコリー かつおだし・醤油・片栗粉	スープスパゲティ(トマト) ささみとさつま芋の煮物 ブロッコリーの煮物	スパゲティ・トマト・ささみ さつま芋・ブロッコリー かつおだし・醤油・片栗粉
10 ・ 24 (土)	つぶしがゆ ・ 野菜スープ 麩と白菜のトロトロ煮	精白米・人参・玉葱 麩・白菜	おかゆ 麩と白菜の煮物 人参の煮物 玉葱スープ	精白米・麩・白菜・人参・玉葱 かつおだし・醤油・片栗粉	おかゆ 麩と白菜の煮物 人参の煮物 玉葱スープ	精白米・麩・白菜・人参・玉葱 かつおだし・醤油・片栗粉

* 後期食の後半は、主食のおかゆが軟飯になり、主菜のあんかけが無くなります。

* 材料の都合により、メニューに変更があることをご了承ください。 <献立作成者> 鶴野