



令和 7 年

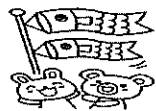
5 月 離 乳 食 献 立 予 定 表



東部若葉保育園

日	曜 日	ゴ ッ ク ン 期 5～6ヶ月頃 (ドロドロ・ジャム 状)		主 な 材 料
		離乳食+ミルク (10時30分頃)		
19	月	10 倍かゆ	煮魚 豆腐ペースト 野菜スープ	米 カレイ 豆腐 人参 玉ねぎ
20	火	10 倍かゆ	さつま芋の煮物 人参とキャベツの煮物 野菜スープ	米 豆腐 さつま芋 玉ねぎ 人参 キャベツ
7 21	水	クタクタうどん	じゃがいもの煮物 きゅうりの煮物 ヨーグルト	干しうどん 人参 キャベツ たまねぎ きゅうり じゃが芋 ヨーグルト
8 22	木	10 倍かゆ	かぶの煮物 トマトの煮物 野菜スープ	米 かぶ 人参 トマト キャベツ たまねぎ
9 23	金	パンがゆ	人参とじゃが芋の煮物 玉ねぎときゅうりの煮物 野菜スープ	食パン 粉ミルク きゅうり 玉ねぎ 人参 じゃが芋
10 24	土	—	—	ミルク対応
12 26	月	10 倍かゆ	煮魚 大根と人参の煮物 野菜スープ	米 カレイ 大根 人参 玉ねぎ
13 27	火	みどり 10 倍かゆ	豆腐の煮物 玉ねぎとそら豆の煮物 野菜スープ	米 豆腐 そら豆 玉ねぎ 人参 青のり
14 28	水	クタクタうどん	かぼちゃの煮物 人参とほうれん草の煮物 ヨーグルト	干しうどん かぼちゃ ほうれん草 キャベツ 人参 ヨーグルト
1.15 29	木	10 倍がゆ	豆腐の煮物 マッシュポテト 野菜スープ	米 豆腐 たまねぎ 人参 じゃが芋 青のり
2.16 30	金	パンがゆ	煮魚 トマトペースト 野菜スープ	食パン トマト 粉ミルク カレイ 人参 玉ねぎ キャベツ
17 31	土	—	—	ミルク対応

☆都合により、献立や材料を一部変更する場合があります。



令和 7 年

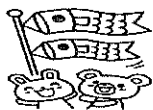
5 月 離 乳 食 献 立 予 定 表



東部若葉保育園

日	曜 日	モ グ モ グ 期 7～8ヶ月頃 (舌 で つ ぶ せ る)		主 な 材 料	
		離乳食+ミルク (10時30分頃)	離乳食+ミルク (2時30分頃)		
19	月	7倍かゆ	煮魚 いんげんの白和え みそ汁	じゃが芋のミルク煮 野菜スープ	米 カレイ 豆腐 人参 じゃがいも いんげん 麩
20	火	茶飯7倍かゆ	肉団子の味噌煮 キャベツと人参の煮物 すまし汁	にゅうめん さつまいもきな粉	米 そうめん 人参 キャベツ 玉ねぎ さつま芋 鶏ひき肉 きな粉
7 21	水	みそ煮込みうどん	じゃが芋とたまねぎの煮物 刻みきゅうり ヨーグルト	青のりがゆ 野菜スープ	米 干しうどん 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 のり キャベツ きゅうり
8 22	木	7倍かゆ	さつまいもと鶏肉の煮物 かぶとパプリカの煮物 みそ汁	コーンパンがゆ トマトスープ	米 食パン 鶏ひき肉 人参 かぶ 玉ねぎ トマト クリームコーン缶 さつまいも 赤ピーマン 粉ミルク
9 23	金	パンがゆ	煮魚 キャベツと玉ねぎの煮物 野菜スープ	そぼろがゆ みそ汁	食パン 米 カレイ 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ トマト キャベツ じゃが芋 きゅうり 粉ミルク
10 24	土	煮込みうどん	—	お菓子 ミルク	キャベツ 人参 きゅうり お菓子
12 26	月	7倍かゆ	魚のみそ煮 大根と人参の煮物 すまし汁	じゃが芋煮 みそ汁	米 カレイ 大根 人参 白菜 玉ねぎ 玉麩 じゃがいも
13 27	火	みどり7倍かゆ	麻婆豆腐風 玉ねぎとそら豆の煮物 みそ汁	にゅうめん ブロッコリーとツナの煮物	米 鶏ひき肉 豆腐 そら豆 玉ねぎ 人参 小松菜 もやし 青のり ツナ缶 そうめん ブロッコリー
14 28	水	煮込みうどん	かぼちゃの煮物 人参とほうれん草の煮物 ヨーグルト	おかかがゆ みそ汁	米 干しうどん 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ かぼちゃ ほうれん草 ヨーグルト
1.15 29	木	ピース7倍がゆ	肉団子の煮物 なすと人参の煮物 すまし汁	きな粉パンがゆ 野菜スープ	米 食パン 粉ミルク 鶏ひき肉 玉ねぎ なす 人参 じゃが芋 きゅうり きな粉 グリンピース
2.16 30	金	パンがゆ	煮魚 玉ねぎとキャベツの煮物 ポターージュ	野菜ぞうすい スイートポテト風	米 食パン カレイ さつま芋 玉ねぎ キャベツ 人参 粉ミルク
17 31	土	煮込みうどん	—	お菓子 ミルク	きゅうり 人参 玉ねぎ お菓子

☆都合により、献立や材料を一部変更する場合があります。



令和 7 年 5 月 離 乳 食 献 立 予 定 表



東部若葉保育園

日	曜 日	カ ミ カ ミ 期 9～11ヶ月頃 (歯ぐきでつぶせる)			主 な 材 料
		離乳食+ミルク (10時30分頃)		離乳食+ミルク (2時30分頃)	
19	月	5倍かゆ	煮魚 いんげんの白和え みそ汁	じゃが芋のミルク煮 野菜スープ	米 カレイ 豆腐 人参 じゃがいも 麩 いんげん
20	火	茶飯5倍かゆ	肉団子の味噌煮 キャベツと人参の煮物 すまし汁	にゅうめん さつまいもスティック	米 そうめん 人参 キャベツ 鶏ひき肉 玉ねぎ さつまいも きな粉
7 21	水	みそ煮込みうどん	じゃが芋とたまねぎの煮物 コロコロきゅうり ヨーグルト	青のりがゆ 野菜スープ	米 干しうどん 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 のり キャベツ きゅうり ヨーグルト
8 22	木	5倍かゆ	さつま芋と鶏肉の煮物 かぶとパプリカの煮物 みそ汁	コーントースト トマトスープ	米 食パン 鶏ひき肉 人参 かぶ トマト玉ねぎ 赤ピーマン ヨーグルト さつまいも クリームコーン缶
9 23	金	トースト	煮魚 キャベツと玉ねぎの煮物 野菜スープ	そぼろがゆ みそ汁	食パン 米 カレイ 鶏ひき肉 人参 トマト 玉ねぎ じゃがいも きゅうり キャベツ
10 24	土	煮込みうどん	—	お菓子 ミルク	キャベツ 人参 きゅうり 大根 お菓子
12 26	月	5倍かゆ	魚のみそ煮 大根と人参の煮物 すまし汁	じゃが芋煮 みそ汁	米 カレイ 大根 人参 白菜 玉麩 じゃがいも 玉ねぎ
13 27	火	みどり5倍かゆ	麻婆豆腐風 玉ねぎとそら豆の煮物 みそ汁	にゅうめん ブロッコリーとツナの煮物	米 鶏ひき肉 豆腐 そら豆 玉ねぎ 人参 小松菜 ツナ缶 そうめん ブロッコリー もやし 青のり
14 28	水	煮込みうどん	かぼちゃの煮物 人参とほうれん草の煮物 ヨーグルト	おかかがゆ みそ汁	米 干しうどん 鶏ひき肉 きゅうり 人参 玉ねぎ キ ャベツ ほうれん草 かぼちゃ ヨーグルト
1.15 29	木	ピース5倍がゆ	肉団子の煮物 なすと人参の煮物 すまし汁	きな粉トースト 野菜スープ	米 食パン 鶏ひき肉 玉ねぎ なす 人参 粉ミルク じゃが芋 きゅうり きな粉 グリンピース
2.16 30	金	トースト	煮魚 玉ねぎとキャベツの煮物 野菜スープ	野菜ぞうすい スイートポテト風	米 食パン カレイ さつま芋 玉ねぎ キャベツ 人参 粉ミルク
17 31	土	煮込みうどん	—	お菓子 ミルク	大根 きゅうり 人参 玉ねぎ お菓子

※エネルギー315kcal たんぱく質11g 脂質10g を基準に献立を作成しています。

☆都合により、献立や材料を一部変更する場合があります。



令和7年 5 月 の 献 立 予 定 表

東部若葉保育園

日	曜日	主 食	副 食	お や つ	主 な 材 料		
					体をつくる(赤)	熱や力になる(黄)	体の調子を整える(緑)
19	月	たけのこご飯	アジの竜田焼き みそ汁 いんげんのごま和え	牛乳 せんべい りんごゼリー	牛乳 油揚げ アジ みそ 豆腐	米 砂糖 ごま せんべい	人参 節水煮 葱 いんげん なめこ 寒天 ジュース
20	火	ウインナー カレー	キャベツとコーンのサラダ わかめスープ	牛乳 きな粉蒸しパン	牛乳 ウインナー チーズ きな粉	米 麦 ごま 砂糖 じゃがいも 小麦粉 油 カレールー パーキングパウダー	人参 生姜 玉葱 キャベツ にんにく きゅうり コーン缶 葱 わかめ
7 21	水	ほうれん草と 鶏肉のスパゲティ	ちくわサラダ こぶき芋 えのきスープ ヨーグルト	牛乳 チーズクッキー	牛乳 鶏肉 みそ ちくわ ヨーグルト チーズ	スパゲティ 油 じゃがいも 小麦粉 バター	にんにく 人参 玉葱 えのき 青のり ほうれん草 あさつき
8 22	木	ご飯	ホイコーロー トマト 豆腐と海苔のスープ	牛乳 カルシウムトースト	牛乳 豚肉 赤みそ 豆腐 しらす チーズ	米 ごま油 砂糖 パン マヨネーズ	にんにく 生姜 キャベツ 赤ピーマン 玉葱 人参 にら トマト のり 青のり
9 23	金	パン	鮭フライ コールスロー オニオンスープ	牛乳 わかめおにぎり	牛乳 鮭	パン 砂糖 油 米 パン粉 小麦粉	玉葱 キャベツ 人参 パセリ にんにく 生姜 きゅうり コンソメ レモン わかめ
10 24	土	鶏南蛮 うどん	キャベツのサラダ ちくわの磯辺炒め	牛乳 袋菓子	牛乳 鶏肉 ちくわ	干しうどん ごま油 砂糖 お菓子	玉葱 キャベツ 人参 きゅうり 葱
12 26	月	ご飯	さわらのごまみそ焼き すまし汁 切り干し大根の煮物	牛乳 せんべい フルーツヨーグルト	牛乳 ヨーグルト さわら みそ	米 砂糖 ごま ごま油 白滝 せんべい	人参 ごぼう 干しいたけ みかん缶 切干大根 バナナ
13 27	火	ビビンバ丼	厚揚げのおかか和え そら豆 みそ汁	牛乳 メープルスティック	牛乳 豚肉 生揚げ 削り節 みそ 高野豆腐	米 麦 油 砂糖 じゃがいも ごま 小麦粉 バター メープル	生姜 玉葱 人参 小松菜 もやし カボチャ そら豆
14 28	水	もやしラーメン	かぼちゃの甘煮 スティックきゅうり ヨーグルト	牛乳 抹茶ケーキ	牛乳 ヨーグルト 卵 豚肉 みそ スkimミルク	中華麺 ごま油 砂糖 ごま 油 小麦粉 パーキングパウダー	キャベツ 玉葱 葱 きゅうり 人参 にら 干しいたけ 生姜 にんにく もやし かぼちゃ
1.15 29	木	ピースご飯	新じゃがと鶏肉の煮物 ゆかり和え みそ汁	牛乳 コーンマヨパン	牛乳 鶏肉 みそ 油揚げ グリーンピース	米 じゃが芋 砂糖 パン	人参 さやえんどう きゅうり なす 玉葱 ごぼう ゆかり コーン
2.16 30	金	パン	カレイのパン粉焼き グリーンサラダ コンソメスープ	牛乳 チキンピラフ	牛乳 カレイ 鶏肉	パン 砂糖 米 油 パン粉 カレー粉	玉葱 パセリ アスパラガス キャベツ 青のり きゅうり コーン缶 人参 チゲ菜 コンソメ ケチャップ
17 31	土	梅じゃこ スパゲティ	鶏肉とブロッコリーの中華和え さつまいものレモン煮	牛乳 おにぎり	牛乳 鶏肉 しらす	スパゲティ 砂糖 米 のり さつまいも	玉葱 人参 ブロッコリー レモン

※エネルギー570kcal たんぱく質 20g 脂肪 17.2g
を基準に献立を作成しています。

- ・誕生日会のケーキに豆乳クリームのトッピングをする場合があります。
- ・都合により、献立や材料を一部変更する場合があります。
- ・乳児は10時に牛乳を70cc飲んでいきます。



令和7年5月の延長補食予定表



東部若葉保育園

日	曜日	補食内容
19	月	きつねご飯(油揚げ)
20	火	人参ご飯(人参)
7 21	水	和風チキンライス(鶏肉玉葱)
8 22	木	わかめご飯
9 23	金	ひじきご飯
12 26	月	コーンご飯(コーン)
13 27	火	菜めし
14 28	水	ゆかりご飯
1.15 29	木	鶏めし(鶏肉)
2.16 30	金	塩昆布ごはん

- ・エネルギー130kcalを基準に献立を作成しています。
- ・都合により、献立内容を一部変更する場合があります。