



令和3年5月分離乳食献立表



志木市立保育園

日付	曜日	献立名			主な食品群			
		午前おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	カや体温となるもの 黄群	体の調子をよくなるもの 緑群	
1	15	土	バナナ みそけんちんうどん 胡瓜のやわらか煮 麦茶	おかか粥 マッシュポテト ヨーグルト	とりひき肉,かつお節, みそ,ヨーグルト	干しうどん,さといも,胚 芽米,じゃがいも,パ ター	バナナ,にんじん,だいこん,根深 ねぎ,きゅうり	
	17	月	ヨーグルト 軟飯 さわらの西京焼き キャベツの塩昆布和え すまし汁	しらすリゾット にんたまスープ トマト	ヨーグルト,さわら,み そ,かつお節,ミルク,し らす	胚芽米,砂糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,こん ぶ,たまねぎ,根深ねぎ,トマト	
	18	火	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 麻婆豆腐 浅漬け わかめスープ	チーズリゾット フルーツヨーグルト	ミルク,豆腐,ぶたひき 肉,みそ,ヨーグルト, チーズ	胚芽米,砂糖,片栗粉, 油	にんじん,たまねぎ,根深ねぎ,しよ うが,にんにく,はくさい,きゅうり,わ かめ,みかん缶,もも缶,バナナ	
	19	水	りんご果汁 食パン ツナとじゃが芋の香り焼き トマトサラダ キャベツスープ	チャーハン トマトスープ 白桃缶	ツナ缶,チーズ,ミルク, ぶたひき肉	パン,じゃがいも,ごま, 油,砂糖,胚芽米	りんご果汁,たまねぎ,トマト,キャ ベツ,にんじん,葉ねぎ,白桃缶	
	6	20	木	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 鶏挽肉の中華炒め煮 おかか和え みそ汁	鶏飯 豆腐ステーキ 麦茶	ミルク,とりひき肉,豆 腐,みそ,かつお節	胚芽米,油,砂糖	だいこん,にんじん,さいんげん, しょうが,ほうれんそう,もやし,根 深ねぎ
	7	21	金	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 松風焼き キャベツのごま酢和え すまし汁	食パン 卵ときゃべつのスープ バナナ	とりひき肉,卵,みそ,ミ ルク,豆腐,かつお節	胚芽米,パン粉,砂糖, 油,ごま,食パン	たまねぎ,にんじん,根深ねぎ,しよ うが,キャベツ,きゅうり,バナナ
	8	22	土	バナナ 和風ツナスパゲティ スティックチーズ 麦茶	食パン 豆腐チャンプル オニオンスープ	ツナ缶,チーズ,ミルク, 豆腐	スパゲッティ,油,バ ター,食パン	バナナ,にんじん,たまねぎ,ほう れんそう,のり
	10	24	月	ヨーグルト 軟飯 ボークチャップ 小松菜のマヨサラダ みそ汁	菜飯粥 青菜スープ みかん缶	ヨーグルト,ぶたひき 肉,みそ,かつお節,ミ ルク	胚芽米,小麦粉,油,砂 糖	たまねぎ,こまつな,わかめ,キャ ベツ,根深ねぎ,みかん缶
	11	25	火	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 カレイのオーロラ和え キャベツのナムル すまし汁	しらす粥 大根のやわらか煮 白桃缶	ミルク,かれい,みそ,か つお節,しらす,牛乳	胚芽米,片栗粉,油,砂 糖,ごま,焼きふ	しょうが,キャベツ,にんじん,だい こん,根深ねぎ,みかん缶,もも缶
	12	26	水	りんご果汁 軟飯 キーマカレー フレンチサラダ 麦茶	トマトリゾット ポテトスープ ヨーグルト	ぶたひき肉,ミルク, ヨーグルト	胚芽米,油,じゃがいも, 砂糖	りんご果汁,にんにく,しょうが,た まねぎ,にんじん,ビーマン,トマ ト缶,レタス,きゅうり,トマト
	13	27	木	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 鮭のコーンマヨ焼き 浅漬け 卵スープ	卵雑炊 キャベツスープ セミノール	ミルク,さけ,チーズ,卵, かつお節	胚芽米,片栗粉	きゅうり,キャベツ,たまねぎ,葉ね ぎ,セミノール
	14	28	金	ミルクまた はフォロー アップミルク 軟飯 じゃがいものそぼろ煮 小松菜とえのきのごま和 え みそ汁	ツナリゾット 挽肉スープ ヨーグルト	ぶたひき肉,豆腐,み そ,かつお節,ミルク, 卵,チーズ,ツナ缶,ヨー グルト	胚芽米,じゃがいも,油, 砂糖,片栗粉,ごま,パ ター	たまねぎ,にんじん,さやいんげ ん,こまつな,えのきたけ,なめこ, 根深ねぎ
		29	土	バナナ カレーうどん トマト 麦茶	磯粥 小松菜ソテー トマトスープ	ぶたひき肉,かつお節	干しうどん,砂糖,片栗 粉,胚芽米,油	バナナ,たまねぎ,にんじん,こまつ な,トマト,のり
		31	月	ヨーグルト 軟飯 さわらの西京焼き キャベツの塩昆布和え すまし汁	しらすリゾット にんたまスープ トマト	ヨーグルト,さわら,み そ,かつお節,ミルク,し らす	胚芽米,砂糖	キャベツ,きゅうり,にんじん,こん ぶ,たまねぎ,根深ねぎ,トマト

◇都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。