



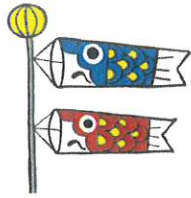
# 5月給食献立

たがみ台保育園  
R7. 4. 30 発行

日	曜	献立名	副食材料名			未満児		3時のおやつ	
			赤 血や肉になる 食品	黄 熱や力になる 食品	緑 体の調子を整える食品	主食	特別食		
2 20	金 火	蒸し魚 白和え すまし汁	白身魚 豆腐	しらたき ごはん	たまねぎ、アスパラガス にんじん、小松菜、大根 もやし、葉ねぎ	ごはん 	牛乳 ポテコ	スキムミルク バナナ オレオ	
7 21	水	ハヤシライス コールスローサラダ	豚肉 ちくわ たまご	じゃがいも マヨネーズ マーガリン	にんじん、たまねぎ キャベツ、コーン	ごはん 	牛乳 アスパラガス ビスケット	スキムミルク ★ココアブラウニー もも缶	
8 22	木	肉巻きポテト にんじんしりしり ごぼうのみそ汁	豚肉 ちくわ 豆腐	じゃがいも ごはん	にんじん、もやし、ごぼう ほうれん草、たまねぎ	ごはん 	牛乳 ベジタベル	スキムミルク オレンジ ぼたぼた焼き	
9 23	金	麻婆豆腐 中華サラダ	ひき肉 豆腐、ちくわ	ごはん	にんじん、たまねぎ、ねぎ もやし、小松菜	ごはん 	牛乳 ビスケット	スキムミルク★ミルクゼリー ココアクッキー(以上児) ウエハース(未満児)	
10 24	土	サーモンフライ フレンチサラダ コンソメスープ	鮭、たまご ベーコン	ごはん じゃがいも	キャベツ、にんじん 豆苗、たまねぎ	ごはん 	牛乳 白い風船	スキムミルク りんご 厚切りバウムクーヘン	
12 26	月	しょうゆラーメン チンゲン菜のサラダ	鶏肉 ちくわ わかめ	ラーメン じゃがいも	キャベツ、にんじん たまねぎ、もやし コーン、チンゲン菜	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク ★ポテトチップス パイン缶	
13 27	火	七宝揚げ もやしと豆苗の和え物 豆腐のみそ汁	すり身、たまご ハム、チーズ	ごはん	ミックスベジタブル にんじん、キャベツ、豆苗 だいこん、小松菜	ごはん 	牛乳 ポテコ	スキムミルク バナナ ひねり揚げ	
14 28	水	ポークケチャップ アスパラサラダ ミルクスープ	豚肉、ひしき ひき肉 かにかま	油揚げ マヨネーズ ロールパン	たまねぎ、アスパラガス にんじん、キャベツ ほうれん草	パン 	牛乳 アスパラガス ビスケット	ほうじ茶 ★おにぎり たくあん	
15 29	木	八宝菜 春のカラフル納豆	豚肉 納豆	ごはん	にんじん、白菜、小松菜 たけのこ、アスパラガス コーン、キャベツ	ごはん 	牛乳 白い風船	スキムミルク りんご チョコイス	
16 30	金	魚のカレーフリッター ベーコンサラダ オニオンスープ	白身魚 ベーコン	食パン マヨネーズ マーガリン	にんじん、キャベツ たまねぎ、大根、小松菜	ごはん 	牛乳 シガービス	スキムミルク ★メロンパントースト もも缶	
19 31	月 土	鶏肉と卵の中華炒め 春雨スープ ぶりかけ	鶏肉 たまご	はるさめ さつまいも	にんじん、ごぼう、大根 もやし、チンゲン菜	ごはん 	牛乳 べじたべる	スキムミルク 19日★ぶかし芋 31日オレンジ・雪の宿	
17	土	<b>愛情弁当の日</b> おかずの入ったお弁当の準備をお願いします。						牛乳 ビスケット	牛乳 オレンジ・雪の宿

**誕生日会1日(木)**  
中華風ローストチキン・チーズちまき  
きゅうりのサラダ、かにかまスープ  
★兜パイ ★パイン缶

新年度がスタートして1ヶ月がたちました。  
新入園児さん、進級児さんともに新しい環境に徐々に慣れてきて、笑顔を見せてくれるようになりました。  
この時期は突然体調を崩してしまう子どももいます。  
子どもたちの表情や食欲などの変化に十分注意しながら  
体調管理に気を付けていきましょう。



# 5月の離乳食献立表

たがみ台保育園 ひよこくみ

令和7年4月30日 発行

		中期食（7～8か月）	後期食（9～11か月）	午後食
1	木	ささみともやしの煮物 きゅうりの刻みサラダ 7倍粥	ささみのしょうゆ焼き きゅうりの和え物 もやしスープ 全粥	ミルク りんご
2 20	金 火	魚と豆腐のやわらか煮 大根刻みスープ 7倍粥	魚とふわふわ焼き 白和え 大根スープ 全粥	ミルク バナナ
7 21	水	ささみの雑炊 キャベツのやわらか和え 7倍粥	二色丼 キャベツの和え物 全粥	ミルク りんご
8 22	木	鶏肉と野菜の煮物 人参の刻み和え 7倍粥	鶏肉とじゃがいもの炒め物 人参のみそ汁 全粥	ミルク オレンジ
9 23	金	ささみのやわらか丼 小松菜のつぶし和え 7倍粥	ささみと野菜のあんかけ丼 小松菜サラダ 全粥	ミルク バナナ
10 24	土	白身魚とキャベツの煮物 やわらかポテト 7倍粥	白身魚の塩焼き ポテトサラダ キャベツスープ 全粥	ミルク りんご
12 26	月	野菜たっぷりうどん 二色の刻みサラダ 7倍粥	煮込みうどん チンゲン菜の和え物 全粥	ミルク オレンジ
13 27	火	白身魚ともやしの炒め煮 豆腐のスープ 7倍粥	白身魚の照り焼き もやしのサラダ 豆腐のみそ汁 全粥	ミルク バナナ
14 28	水	ささみと玉ねぎの雑炊 ほうれん草の刻み和え 7倍粥	ささみと玉ねぎの煮物 ほうれん草のお浸し 全粥	ミルク オレンジ
15 29	木	鶏肉と白菜のあんかけ 人参のつぶし和え 7倍粥	鶏肉と白菜の炒め物 人参サラダ 全粥	ミルク りんご
16 30	金	魚と野菜のおじや 大根のすりつぶし 7倍粥	魚と野菜のあんかけ丼 大根サラダ 全粥	ミルク バナナ
19 31	月 土	鶏肉と野菜のやわらか煮 さつまいものつぶし和え 7倍粥	鶏肉ともやしの煮物 さつまいもの甘煮	ミルク りんご
17	土	<b>愛情弁当</b> お弁当の準備をお願いします。		ミルク オレンジ

★ご家庭と連携を取りながら、一人ひとりのお子さんに合わせて進めてまいりたいと思っております。

## 【離乳食の1回当たりの目安量】

### ○中期食

穀類→全粥 50～80g  
野菜・果物→20～30g  
魚、肉→10～15g



- ・味付けは風味付け程度にし、  
素材の味を生かした味付けにしましょう。

### ○後期食

穀類→全粥 90g～、軟飯 80g  
野菜・果物→30～40g  
魚、肉→15g



- ・薄味を心がけましょう。
- ・手づかみ食べしやすい大きさのものをメニューに取り入れましょう。