



令和6年  
5月

# 予定献立表



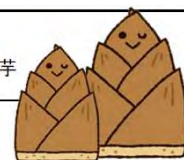
可愛保育園

日清医療食品(株)

日	曜日	こんだて	<あか> 血や肉をつくる	<きいろ> 熱や力になる	<みどり> 体の調子を整える	おやつ	
1日	水	黒米ご飯 さばのみそ焼き 南瓜のそぼろ煮 野菜スープ 果物	さば 鶏ミンチ 豚肉 みそ 卵 豆乳 牛乳	米 黒米 砂糖 油 片栗粉 ごま ごま油 小麦粉 ココア	生姜 南瓜 グリーンピース 大根 人参 コーン ねぎ にんにく えのき 果物	牛乳 ココア蒸しパン	
2日	木	玄米ご飯 ぎせい豆腐 ひじきの煮物 豚汁 果物	豆腐 鶏ミンチ 卵 ひじき 大豆 油揚げ 豚肉 豚レバー みそ きな粉 牛乳	米 玄米 砂糖 油 里芋 黒糖 くず粉	玉ねぎ パプリカ 椎茸 いんげん 人参 大根 ねぎ 果物	牛乳 くずもち	
3日	金	憲法記念日					
4日	土	みどりの日					
6日	月	振替休日					
7日	火	ドライカレー マカロニサラダ わかめスープ 果物缶	合挽ミンチ 大豆 豚レバー ツナ わかめ 卵 牛乳	米 押麦 カレー粉 油 マカロニ 小麦粉 さつま芋	人参 玉ねぎ ピーマン にんにく マッシュルーム レーズン かぶ 椎茸 きゅうり コーン 長ねぎ 果物缶	牛乳 芋天ぷら	
8日	水	玄米ご飯 鶏肉のさっぱり煮 ゴーヤチャンプルー 南瓜のみそ汁 果物	鶏肉 豆腐 卵 油揚げ みそ 卵 牛乳	米 玄米 砂糖 油 ケーキミックス 小豆 パター	生姜 にんにく ゴーヤ 人参 玉ねぎ 南瓜 長ねぎ 果物	牛乳 小倉ケーキ	
9日	木	黒米ご飯 ひれかつ 人参しりしり ゆし豆腐 果物	豚ヒレ 卵 ゆし豆腐	米 黒米 小麦粉 パン粉 油 アイスクリーム 星たべよう	にんにく 人参 玉ねぎ にら ねぎ 果物	アイスクリーム 星たべよう	
10日	金	お弁当会					牛乳 黒糖カステラ
11日	土	ビビンバ丼 ブロッコリーの和え物 ビーフンスープ 果物缶	牛肉 みそ ツナ 鶏肉 牛乳	米 押麦 砂糖 ごま油 ごま ビーフン おかき	もやし 小松菜 にんにく 生姜 人参 ブロッコリー コーン きゅうり 椎茸 長ねぎ 果物缶	牛乳 おかき (きなこ味)	
13日	月	麦ご飯 麻婆豆腐 南瓜サラダ 青菜と春雨スープ 杏仁フルーツ	豆腐 豚ミンチ みそ 枝豆 チーズ 牛乳 卵 豆乳 フィッシュソーセージ	米 押麦 ごま油 砂糖 片栗粉 マヨネーズ 春雨 杏仁豆腐 ケーキミックス	パプリカ 玉ねぎ 椎茸 たけのこ にら にんにく 生姜 南瓜 ほうれん草 えのき 果物缶	豆乳ココア アメリカンドック	
14日	火	あわご飯 銀だらの煮付け 青菜のごま和え クービリチー なすのみそ汁 果物	銀だら 昆布 豚肉 油揚げ みそ きな粉 牛乳	米 もちきび 小麦粉 砂糖 ごま こんにやく 油 パン バター	生姜 小松菜 切干大根 人参 なす しめじ ねぎ 果物	牛乳 きなこクリームサンド	
15日	水	タコライス れんこんサラダ かぶのスープ ジャム入りヨーグルト	合挽ミンチ 大豆 チーズ ひじき ヨーグルト 卵 牛乳	米 押麦 砂糖 カレー粉 ごまドレッシング 片栗粉 ジャム パター 小麦粉 コーンフレーク	玉ねぎ にんにく レタス トマト れんこん きゅうり いんげん パプリカ かぶ ちんげん菜 人参 果物缶 レーズン	牛乳 コーンフレーク クッキー	
16日	木	玄米ご飯 チキンのレモン和え ブロッコリーのマヨ和え 豆腐チャンプルー モロヘイヤのみそ汁 果物	鶏肉 豆腐 豚肉 油揚げ みそ チーズ 牛乳	米 玄米 片栗粉 砂糖 油 マヨネーズ 五穀ビスケット	ブロッコリー キャベツ 人参 ニラ モロヘイヤ 玉ねぎ バセリ 果物	牛乳 チーズ&ビスケット	
17日	金	沖縄そば 青菜の納豆和え さつま芋のごま煮 果物	三枚肉 かまぼこ 納豆 のり 鶏肉 ひじき 牛乳	沖縄そば 砂糖 さつま芋 ごま 米	ねぎ 小松菜 パプリカ 人参 椎茸 果物	麦茶 鮭おにぎり	
18日	土	牛丼 キャベツとしらすの梅和え 厚揚げのみそ汁 果物缶	牛肉 しらす 厚揚げ みそ 糸かつお 牛乳	米 こんにやく 砂糖 ドームケーキ	玉ねぎ 人参 椎茸 ほうれん草 キャベツ きゅうり 梅干 冬瓜 貝割大根 果物缶	牛乳 ドームケーキ	
20日	月	あわご飯 スペニッシュオムレツ 青菜のソテー クリームスープ 果物	卵 牛乳 ハム チーズ 枝豆 さつま揚げ 鶏肉 豆乳 牛乳	米 もちきび パター じゃが芋 油 小麦粉 砂糖 ココア	トマト 小松菜 人参 えのき 白菜 玉ねぎ マッシュルーム 果物	牛乳 ココアショートブレッド	
21日	火	麦ご飯 酢豚 豆腐シューマイ オクラのかき玉スープ 果物	豚肉 豆腐シューマイ 卵 チーズ 生クリーム 牛乳	米 押麦 片栗粉 油 じゃが芋 片栗粉 小麦粉 さつ ま芋 クラッカー 砂糖 バター	生姜 玉ねぎ たけのこ ピーマン 人参 椎茸 オクラ 果物 果物缶	牛乳 焼きチーズケーキ	
22日	水	☆お誕生日会☆ カレーピラフ チキンカツ 春雨のごま和え ミネストローネ 果物	鶏ミンチ 鶏肉 卵 ツナ ウインナー	米 油 カレー粉 小麦粉 パン粉 春雨 砂糖 ごま マカロニ ケーキ	玉ねぎ 人参 ピーマン きゅうり にんにく キャベツ トマト 果物	ジュース お誕生日ケーキ	
23日	木	肉うどん もずくのかき揚げ 青菜の白和え 果物缶	牛肉 かまぼこ もずく 卵 豆腐 ツナ わかめ しらす 牛乳	うどん 片栗粉 砂糖 油 ごま 米 小麦粉	生姜 長ねぎ いんげん 玉ねぎ 人参 小松菜 果物缶	麦茶 じゃことわかめのおにぎり	
24日	金	黒米ご飯 魚のごまみそ漬焼き オクラの梅和え 肉じゃが おつゆ麩のすまし汁	白身魚 みそ 糸かつお 豚肉 卵 ツナ 牛乳	米 黒米 砂糖 油 ごま じゃが芋 糸こんにやく おつゆ麩 小麦粉	オクラ 生姜 椎茸 玉ねぎ 人参 グリーンピース えのき 大根の葉 果物 キャベツ ニラ	牛乳 野菜ヒラヤーチ	
25日	土	豚焼肉丼 さつま芋のサラダ キャベツのみそ汁 果物	豚肉 のり 豆腐 みそ 牛乳	米 油 さつま芋 マヨドレ ソフトぼうろ	玉ねぎ 生姜 人参 ピーマン レーズン キャベツ ねぎ 果物	牛乳 ソフトぼうろ	
27日	月	あわご飯 ささみの梅煮 麩チャンプルー 里芋のみそ汁 果物	ささみ 卵 豚肉 みそ 牛乳	米 もちきび 砂糖 黒糖 車麩 油 里芋 小麦粉 バター	梅干 生姜 小松菜 人参 しめじ 大根の葉 果物	ヤクルト ミルククッキー	
28日	月	わかめご飯 大根のみそ汁 レバー・フライ・甘ダレ漬け 南瓜の煮物 白菜の和え物 果物	わかめ 豚レバー 卵 ちくわ 油揚げ みそ 牛乳	米 小麦粉 パン粉 油 砂糖 パン 小豆 パター	にんにく 南瓜 白菜 人参 きゅうり 大根 ほうれん草 果物	牛乳 あんバタートースト	
29日	火	玄米ご飯 魚の西京焼き 牛肉とごぼう煮 そうめん汁 果物	白身魚 みそ 牛肉 生クリーム 牛乳	米 玄米 油 ごま油 そうめん 糸こんにやく さつま芋 パター 砂糖	長ねぎ 生姜 ごぼう 人参 ねぎ 果物	牛乳 スイートポテト	
30日	水	スパゲティーミートソース 野菜サラダ 青菜のスープ フルーツヨーグルト	合挽きミンチ 大豆 豚レバー チーズ 牛乳 ヨーグルト 枝豆 しらす	スパゲティー 油 小麦粉 砂糖 バター ゴマドレ 米	玉ねぎ セロリ 人参 マッシュルーム にんにく ピーマン キャベツ トマト ブロッコリー パプリカ えのき ちんげん菜 コーン 果物缶	麦茶 油みそおにぎり	
31日	木	黒米ご飯 さばの塩焼き きゅうりのおかか和え 筑前煮 豆腐のみそ汁 果物	さば 糸かつお 鶏肉 豆腐 わかめ みそ 牛乳	米 黒米 油 砂糖 さつま芋 ごま	きゅうり 生姜 大根 人参 椎茸 いんげん しめじ 果物	牛乳 大学芋	

☆献立は材料、その他の都合により変更することがあります。

☆アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。





# 離乳食献立表<その1>

令和6年 日清医療食品



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの目安	トロトロ⇒ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
1	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と玉ねぎのつぶし煮 南瓜のつぶし煮 大根のすまし汁 果物	全粥 白身魚と玉ねぎの柔らか煮 南瓜の柔らか煮 大根のすまし汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 白身魚 玉ねぎ 南瓜 大根 果物			ささみ ほうれん草 人参
2	10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 大根とトマトのつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参の柔らか煮 大根とトマトの柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 豆腐 人参 大根 トマト じゃが芋 果物			しらす 白菜 ブロッコリー
3	憲法記念日(公休日)			
金	みどりの日(公休日)			
4	振替休日(公休日)			
6	振替休日(公休日)			
7	10倍粥 冬瓜と人参ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と青菜のつぶし煮 冬瓜と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 白身魚と青菜の柔らか煮 冬瓜と人参の柔らか煮 わかめのすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 白身魚 小松菜 冬瓜 人参 わかめ 果物			鶏ミンチ 玉ねぎ 青さのり
8	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみとトマトのつぶし煮 人参と玉ねぎのつぶし煮 南瓜のすまし汁 果物	全粥 ささみとトマトの柔らか煮 人参と玉ねぎの柔らか煮 南瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 ささみ トマト 人参 玉ねぎ 南瓜 果物			豆腐 白菜 大根
9	10倍粥 ゆし豆腐ペースト すまし汁	7倍粥 しらすと人参のつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 ゆし豆腐 果物	全粥 しらすと人参の柔らか煮 キャベツと玉ねぎの柔らか煮 ゆし豆腐のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 しらす 人参 キャベツ 玉ねぎ ゆし豆腐 果物			鶏ミンチ オクラ 冬瓜
10	10倍粥 大根と人参ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚といんげんのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 じゃが芋のすまし汁 果物	全粥 白身魚といんげんの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 じゃが芋のすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 白身魚 いんげん 大根 人参 じゃが芋 果物			ささみ 小松菜 白菜
11	10倍粥 冬瓜のどろろ煮 すまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 きゅうりと人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 南瓜のそぼろ煮 きゅうりと人参の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
土	(主な材料)米 鶏ミンチ 南瓜 きゅうり 人参 冬瓜 果物			しらす キャベツ ブロッコリー
13	10倍粥 豆腐と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜とキャベツのつぶし煮 玉ねぎのすまし汁 果物	全粥 豆腐と人参のつぶし煮 青菜とキャベツの柔らか煮 玉ねぎのすまし汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 豆腐 ほうれん草 人参 キャベツ 玉ねぎ 果物			ささみ じゃが芋 きゅうり
14	10倍粥 白身魚と青菜のペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と青菜のつぶし煮 人参と大根のつぶし煮 なすのすまし汁 果物	全粥 白身魚と青菜の柔らか煮 人参と大根の柔らか煮 なすのすまし汁 果物	さつま芋と南瓜煮
火	(主な材料)米 白身魚 小松菜 人参 大根 なす 果物			さつま芋 かぼちゃ
15	10倍粥 トマトときゅうりペースト すまし汁	7倍粥 冬瓜のそぼろ煮 人参ときゅうりのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物	全粥 冬瓜のそぼろ煮 人参ときゅうりの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 冬瓜 鶏ミンチ 人参 きゅうり トマト 果物			わかめ 白菜 玉ねぎ
16	10倍粥 豆腐のペースト すまし汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 キャベツと人参のつぶし煮 豆腐のすまし汁 果物	全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 キャベツと人参の柔らか煮 豆腐のすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 ささみ ブロッコリー キャベツ 人参 豆腐 果物			しらす オクラ 大根



※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。





# 離乳食献立表<その2>

令和6年 日清医療食品



回食 月齢	昼食			おやつ 中期・後期 7~11ヶ月頃
	初期 5・6ヶ月頃(開始後一ヶ月間)	中期 7・8ヶ月	後期 9・10・11ヶ月	
固さの 目安	トロトロ ⇒ ベタベタ ヨーグルト状	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(つぶつぶ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(荒みじん切り)	
17	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 人参と納豆のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 青菜と冬瓜のすまし汁 果物	全粥 人参と納豆の柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 青菜と冬瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 人参 納豆 さつま芋 小松菜 冬瓜 果物			ひじき 鶏ミンチ 白菜
18	10倍粥 しらすとじゃが芋ペースト すまし汁	7倍粥 しらすとじゃが芋のつぶし煮 きゅうりとキャベツのつぶし煮 人参のすまし汁 果物	全粥 しらすとじゃが芋の柔らか煮 きゅうりとキャベツの柔らか煮 人参のすまし汁 果物	さつま芋と南瓜煮
土	(主な材料)米 しらす じゃが芋 きゅうり キャベツ 人参 果物			さつま芋 南瓜
20	10倍粥 野菜ペースト すまし汁	7倍粥 野菜そぼろ煮 青菜と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物	全粥 野菜そぼろ煮 青菜と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 鶏ミンチ じゃが芋 人参 白菜 小松菜 玉ねぎ トマト 果物			わかめ 南瓜 冬瓜
21	10倍粥 じゃが芋と人参ペースト すまし汁	7倍粥 豚肉とオクラのつぶし煮 じゃが芋と人参のつぶし煮 冬瓜のすまし汁 果物	全粥 豚肉とオクラの柔らか煮 じゃが芋と人参の柔らか煮 冬瓜のすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 豚肉 オクラ じゃが芋 人参 冬瓜 果物			しらす さつま芋 玉ねぎ
22	10倍粥 玉ねぎと白菜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみと人参のつぶし煮 玉ねぎと白菜のつぶし煮 アーサ汁 果物	全粥 ささみと人参のやわらか煮 玉ねぎと白菜の柔らか煮 アーサ汁 果物	野菜おじや
水	(主な材料)米 ささみ 人参 玉ねぎ 白菜 あおさ 果物			ブロッコリー トマト 白身魚
23	10倍粥 豆腐と青菜ペースト すまし汁	7倍粥 豆腐と青菜のつぶし煮 いんげんと玉ねぎのつぶし煮 もずくのすまし汁 果物	全粥 豆腐と青菜の柔らか煮 いんげんと玉ねぎの柔らか煮 もずくのすまし汁 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 豆腐 小松菜 いんげん 玉ねぎ もずく 果物			しらす わかめ 大根
24	10倍粥 じゃが芋と玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 白身魚とオクラのつぶし煮 じゃが芋と玉ねぎのつぶし煮 トマトのすまし汁 果物	全粥 白身魚とオクラの柔らか煮 じゃが芋と玉ねぎの柔らか煮 トマトのすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 白身魚 オクラ じゃが芋 玉ねぎ トマト 果物			ツナ キャベツ 人参
25	10倍粥 さつま芋ペースト すまし汁	7倍粥 ささみとブロッコリーのつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 人参のすまし汁 果物	全粥 ささみとブロッコリーの柔らか煮 さつま芋の柔らか煮 人参のすまし汁 果物	みかんサラダ
土	(主な材料)米 ささみ ブロッコリー さつま芋 人参 果物			オレンジ りんご
27	10倍粥 玉ねぎと青菜ペースト すまし汁	7倍粥 ささみとわかめのつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 青菜のすまし汁 果物	全粥 ささみとわかめの柔らか煮 大根と人参の柔らか煮 青菜のすまし汁 果物	野菜おじや
月	(主な材料)米 ささみ わかめ 大根 人参 ちんげん菜 玉ねぎ 果物			しらす キャベツ オクラ
28	10倍粥 南瓜ペースト すまし汁	7倍粥 鶏レバーと南瓜のつぶし煮 白菜ときゅうりのつぶし煮 大根のすまし汁 果物	全粥 鶏レバーと南瓜の柔らか煮 白菜ときゅうりの柔らか煮 大根のすまし汁 果物	野菜おじや
火	(主な材料)米 鶏レバー 南瓜 白菜 きゅうり 大根 果物			じゃが芋 人参 ブロッコリー
29	10倍粥 白身魚と青菜ペースト すまし汁	7倍粥 白身魚と青菜のつぶし煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁 果物	全粥 白身魚と青菜の柔らか煮 キャベツと玉ねぎのつぶし煮 人参のすまし汁 果物	さつま芋とりんご煮
水	(主な材料)米 白身魚 ほうれん草 キャベツ 玉ねぎ 人参 果物			さつま芋 りんご
30	10倍粥 ブロッコリーと玉ねぎペースト すまし汁	7倍粥 南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーと玉ねぎのつぶし煮 トマトスープ 果物	全粥 南瓜のそぼろ煮 ブロッコリーと玉ねぎの柔らか煮 トマトスープ 果物	野菜おじや
木	(主な材料)米 鶏ミンチ 南瓜 ブロッコリー トマト 玉ねぎ 果物			しらす オクラ 人参
31	10倍粥 冬瓜のどろろ煮 すまし汁	7倍粥 豆腐と冬瓜のつぶし煮 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	全粥 豆腐と冬瓜の柔らか煮 大根と人参のつぶし煮 わかめのすまし汁 果物	野菜おじや
金	(主な材料)米 豆腐 冬瓜 大根 人参 わかめ 果物			白身魚 きゅうり トマト

※ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って離乳食を進めます。  
 ※ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品、調理形態、分量など、個人差を考慮しながら進めます。  
 ※ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。



## 成長には個人差がある！！

育児書で、ゴックン期(5~6か月)などと月齢で分類されていますが、あくまでも目安になります。無理してでも食べさせようと焦って、口の中にスプーンで放りこむようにすると、お口や舌の機能を低下させてしまう可能性があります。また食事が嫌なものになっては大変です。お子さんにの成長速度や乳歯の生えてくるタイミングはさまざまですので、無理をしないことも重要です！

