5がつのこんだて

日付	給食・おやつ	使用食材			
		赤群 (体のもとになる)	黄色群 (エネルギーのもとになる)	緑群 (体の調子を整える)	調味料・その他
7・21	肉じゃが	豚肉	じゃが芋、砂糖	人参、玉ねぎ、(冷)グリーンピース	さとう、醤油、かつおだし、みりん
	かき玉汁	乾燥わかめ、卵	片栗粉		白しょう油、片栗粉、かつおだし
	*たけのこのご飯	鶏ひき肉	ごはん	たけのこの水煮	白しょう油
8・22	豆腐と青菜の炒め煮	豆腐、豚肉	片栗粉	人参、しめじ、小松菜	みりん、醤油
	切干大根のサラダ	ツナ缶	油、砂糖	切干大根、きゅうり	砂糖、リンゴ酢、醤油
	オレンジ			オレンジ	
9・23	*ドーナツ	牛乳	ホットケーキミックス、油		
	グラタン	鶏肉、牛乳、チーズ	じゃが芋、上新粉	人参、玉ねぎ、グリーンアスパラ	コンソメ
	じゃこ炒め	しらす干し	油	チンゲン菜	
10・24	食パン		食パン		
	*大根もち		片栗粉、油	大根、あさつき	醤油
	ゆかり揚げ	白身魚	小麦粉、油		酒、ゆかりふりかけ
11・25	いそあえ	刻みのり		キャベツ、人参、小松菜	醤油
	パイン缶			パイン缶	
	*フルーツヨーグルト	ヨーグルト		りんご、バナナ、黄桃缶、みかん缶	
13・27	肉うどん	豚肉	うどん	人参、玉ねぎ、ねぎ	みりん、醤油、昆布だし、かつおだし
	*どうぶつビスケットとプチゼリー				どうぶつビスケット、プチゼリー
	酢豚風ソテー	豚肉	油、砂糖、片栗粉	人参、ピーマン、玉ねぎ	醤油、中華味の素、砂糖、リンゴ酢、ケチャップ
14・28	キャベツのあえもの	しらす干し		キャベツ	醤油
	*じゃがいもの田楽	赤みそ	じゃがいも、片栗粉、砂糖		赤みそ、砂糖
	魚の香味焼き	白身魚	油	ねぎ、しょうが	みりん、醤油、酒
15・29	南瓜のサラダ		マヨネーズ	レーズン、南瓜、きゅうり	マヨネーズ
	*ラスク		食パン、マーガリン、砂糖		
	中華風炊き込みご飯	豚挽肉	ごま油、砂糖	しょうが、人参、エリンギ、ねぎ	酒、醤油、中華味の素、砂糖
16・30	春雨スープ		春雨	チンゲン菜	中華味の素
	メロン			メロン	
	*米粉のパンケーキ	牛乳	米粉、油、砂糖		ベーキングパウダー、ココア、メープルシロップ
17	親子煮	鶏肉、卵	砂糖	人参、みつば、玉ねぎ	砂糖、みりん、醤油、かつおだし
	ソテー		油	コーン缶、キャベツ	
	*さつまいものチーズ焼き	チーズ	さつまいも		
18	チキンとマカロニのソテー	鶏肉	マカロニ、油	玉ねぎ、人参、しめじ、さやいんげん	酒、醤油、コンソメ
	トマトのごま和え	ツナ缶	砂糖、すりごま	トマト、きゅうり	砂糖、リンゴ酢、醤油
	*黒糖ロールパン		黒糖ロールパン		
20	五目うどん	豚肉、油揚	うどん	人参、しめじ、ほうれん草	みりん、醤油、昆布だし、かつおだし
	*おせんべい				おせんべい
	みそけんちん汁	豆腐、豚肉、赤みそ	油	大根、人参、えのき草、ねぎ	赤みそ、かつおだし
誕生会 31	南瓜の煮付け		砂糖	南瓜	醤油、砂糖、みりん、かつおだし
	*オレンジゼリーとぱりんこ				オレンジゼリー、ぱりんこ
	ツナピラフ	ツナ缶		玉ねぎ、人参、コーン缶、ピーマン、エリンギ	コンソメ、酒
*こいのぼりケーキ	スープ	豆腐、生わかめ		あさつき	中華スープの素
	オレンジ			オレンジ	
		卵、バター、生クリーム	薄力粉、砂糖		ベーキングパウダー

※献立は多少変更することがあります。

※この他、主食にご飯があります。主食が食パンの日は、ご飯はありません。

※「*」はおやつです。おやつには、牛乳がつきます。

5がつのこんだて（離乳食 中期）

日付	給食・おやつ	使用食材			
		赤群 (体のもとになる)	黄色群 (エネルギーのもとになる)	緑群 (体の調子を整える)	調味料
7・21	じゃがいもの煮物		じゃが芋	人参、玉ねぎ	かつおだし
8・22	豆腐と青菜の炒め煮	豆腐	片栗粉	人参、小松菜	かつおだし
	きゅうりの和え物			きゅうり	かつおだし
	オレンジ			オレンジ	
9・23	野菜スープ	鶏肉	じゃが芋	人参、玉ねぎ	かつおだし
	じゃこ炒め	しらす干し		チンゲン菜	
	食パン		食パン		
10・24	煮魚	白身魚			
	和え物			キャベツ、人参、小松菜	かつおだし
11・25	うどん		うどん	人参、玉ねぎ、ねぎ	かつおだし
13・27	野菜のあんかけ		片栗粉	人参、玉ねぎ	かつおだし
	キャベツのあえもの	しらす干し		キャベツ	
14・28	焼き魚	白身魚			
	南瓜のサラダ			南瓜、きゅうり	
15・29	人参ご飯			人参	
	チンゲン菜のスープ			チンゲン菜	かつおだし
	メロン			メロン	
16・30	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉		人参、玉ねぎ	かつおだし
	ソテー			コーン缶、キャベツ	
17	チキンとマカロニのソテー	鶏肉	マカロニ	玉ねぎ、人参	かつおだし
	きゅうりの和え物			きゅうり	かつおだし
18	五目うどん		うどん	人参、ほうれん草	かつおだし
20	けんちん汁	豆腐		大根、人参	かつおだし
	南瓜の煮付け			南瓜	かつおだし
誕生会 31	ピラフ			玉ねぎ、人参、コーン缶	
	スープ	豆腐			かつおだし
	オレンジ			オレンジ	

※献立は多少変更することがあります。

5がつのこんだて 離乳食(後 期)

日付	給食・おやつ	使用食材			
		赤群 (体のもとになる)	黄色群 (エネルギーのもとになる)	緑群 (体の調子を整える)	調味料
7・21	肉じゃが	豚肉	じゃが芋、砂糖	人参、玉ねぎ	さとう、醤油、かつおだし
	わかめスープ	乾燥わかめ、卵	片栗粉		かつおだし
	*かしわご飯	鶏ひき肉	ごはん		
8・22	豆腐と青菜の炒め煮	豆腐、豚肉	片栗粉	人参、しめじ、小松菜	醤油
	ツナの和え物	ツナ缶	砂糖	きゅうり	砂糖、リンゴ酢、醤油
	オレンジ			オレンジ	
	*パンケーキ		小麦粉、砂糖		砂糖
9・23	野菜スープ	鶏肉	じゃが芋、上新粉	人参、玉ねぎ	
	じゃご炒め	しらす干し		チンゲン菜	
	食パン		食パン		
	*大根もち		片栗粉	大根	醤油
10・24	ムニエル	白身魚	小麦粉		
	和え物			キャベツ、人参、小松菜	醤油
	*りんご			りんご	
11・25	肉うどん	豚肉	うどん	人参、玉ねぎ、ねぎ	醤油、かつおだし
	*ハイハイ				ハイハイ
13・27	酢豚風ソテー	豚肉	砂糖、片栗粉	人参、ピーマン、玉ねぎ	醤油、砂糖、リンゴ酢、ケチャップ
	キャベツのあえもの	しらす干し		キャベツ	醤油
	*じゃがいもの田楽		じゃが芋、片栗粉、砂糖		赤みそ、砂糖
14・28	魚の香味焼き	白身魚		ねぎ、しょうが	醤油
	南瓜のサラダ			南瓜、きゅうり	
	*食パン		食パン		
15・29	中華風炊き込みご飯	豚挽肉	砂糖	人参、エリンギ、ねぎ	醤油、砂糖
	春雨スープ		春雨	チンゲン菜	かつおだし
	メロン			メロン	
	*パンケーキ		小麦粉、砂糖		砂糖
16・30	鶏肉と野菜の煮物	鶏肉	砂糖	人参、みつば、玉ねぎ	砂糖、醤油、かつおだし
	ソテー			コーン缶、キャベツ	
	*ふかしいも		さつまいも		
17	チキンとマカロニのソテー	鶏肉	マカロニ	玉ねぎ、人参、しめじ、さやいんげん	醤油
	トマトときゅうりの和え物	ツナ缶	砂糖	トマト、きゅうり	砂糖、リンゴ酢、醤油
	*食パン		食パン		
18	五目うどん	豚肉、油揚	うどん	人参、しめじ、ほうれん草	醤油、かつおだし
	*ハイハイ				ハイハイ
20	みそけんちん汁	豆腐、豚肉、赤みそ		大根、人参、えのき草、ねぎ	赤みそ、かつおだし
	南瓜の煮付け		砂糖	南瓜	醤油、砂糖、かつおだし
	*オレンジ			オレンジ	
誕生会 31	ツナピラフ	ツナ缶		玉ねぎ、人参、コーン缶、ピーマン、エリンギ	
	スープ	豆腐、生わかめ			かつおだし
	オレンジ			オレンジ	
	*パンケーキ		小麦粉、砂糖		砂糖

※献立は多少変更することがあります。