# 令和６年５月　　親子でランチ実施日献立表　　津田山保育園

## ＊離乳食

### ５月９日（木）

| | 離乳初期 | 離乳中期 | 離乳後期(前半) | 離乳後期(後半) | 離乳完了期 |
|---|---|---|---|---|---|
| 目安月 | 生後5～6か月頃 | 生後7～8か月頃 | 生後9～11か月頃 | | 生後12～18か月頃 |
| 献立 | つぶしがゆ<br>白身魚のペースト<br>人参のペースト<br>うすい味噌汁(汁のみ)<br>ミルク180～160 | おかゆ<br>白身魚の薄くず煮つぶし<br>人参の軟らか煮つぶし<br>味噌汁(汁のみ)<br>ミルク160～100 | おかゆ<br>白身魚の薄くず煮粗ほぐし<br>人参の軟らか煮<br>味噌汁(じゃが芋)<br>ミルク100～60 | 軟飯<br>白身魚の薄くず煮粗ほぐし<br>人参ときゅうりの和え物<br>味噌汁(じゃが芋)<br>ミルク100～60 | 軟飯　または　ごはん<br>魚の胡麻照り焼き<br>ひじきのナムル<br>味噌汁 |
| 食材料 | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　昆布だし　味噌 | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　味噌　しょう油<br>昆布だし　または　かつおだし | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　味噌　しょう油<br>かつおだし　じゃが芋 | 白米　または　はいが精米<br>白身魚　かたくり粉　人参<br>きゅうり　砂糖　しょう油<br>かつおだし　じゃが芋　味噌 | ＊下記の幼児食の献立表で食材をご確認ください。 |

### ５月２３日（木）

| | 離乳初期 | 離乳中期 | 離乳後期(前半) | 離乳後期(後半) | 離乳完了期 |
|---|---|---|---|---|---|
| 目安月 | 生後5～6か月頃 | 生後7～8か月頃 | 生後9～11か月頃 | | 生後12～18か月頃 |
| 献立 | つぶしがゆ<br>白身魚のペースト<br>人参のペースト<br>うすい味噌汁(汁のみ)<br>ミルク180～160 | おかゆ<br>白身魚の薄くず煮つぶし<br>人参の軟らか煮つぶし<br>味噌汁(汁のみ)<br>ミルク160～100 | おかゆ<br>白身魚の薄くず煮粗ほぐし<br>人参の軟らか煮<br>味噌汁(じゃが芋)<br>ミルク100～60 | 軟飯<br>白身魚の薄くず煮粗ほぐし<br>人参ときゅうりの和え物<br>味噌汁(じゃが芋)<br>ミルク100～60 | 軟飯　または　ごはん<br>魚の胡麻照り焼き<br>ひじきのナムル<br>味噌汁 |
| 食材料 | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　昆布だし　味噌 | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　味噌　しょう油<br>昆布だし　または　かつおだし | 白米　白身魚　かたくり粉<br>人参　味噌　しょう油<br>かつおだし　じゃが芋 | 白米　または　はいが精米<br>白身魚　かたくり粉　人参<br>きゅうり　砂糖　しょう油<br>かつおだし　じゃが芋　味噌 | ＊下記の幼児食の献立表で食材をご確認ください。 |

＊離乳食献立表で「または」と記載があるものは、お子さんの食べている食事の段階を確認させていただき、どちらかを提供します。
＊後期食は前半と後半で内容や食材が異なります。
＊ミルクは保育園での提供を希望された方に提供します。

◆食べたことがない食材は、親子でランチの実施日１週間前までにご家庭でお試しいただくようにお願いいたします。
お試しいただけない場合は、当日、その食材が入っている料理は提供することができませんので、ご了承ください。

## ＊乳児食/幼児食

### ５月９日（木）

| 献立 | 食材料 |
|---|---|
| ごはん | はいが精米 |
| 魚の胡麻照り焼き | むきがれい　砂糖　みりん　しょう油　白胡麻　油 |
| ひじきのナムル | 干ひじき　しょう油　人参　もやし　きゅうり　胡麻油　砂糖　酢　しょう油 |
| 味噌汁(じゃが芋・油揚げ) | じゃが芋　油揚げ　かつおだし　味噌 |
| | |

### ５月２３日（木）

| 献立 | 食材料 |
|---|---|
| ごはん | はいが精米 |
| 魚の胡麻照り焼き | むきがれい　砂糖　みりん　しょう油　白胡麻　油 |
| ひじきのナムル | 干ひじき　しょう油　人参　もやし　きゅうり　胡麻油　砂糖　酢　しょう油 |
| 味噌汁(じゃが芋・油揚げ) | じゃが芋　油揚げ　かつおだし　味噌 |
| | |