

2023年度 5月 離乳食献立表

法光院こども園

《中期》

月	火	水	木	金	土
1・15・29	2・16・30	17・31	18	19	6・20
<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・人参柔らか煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ブロッコリー煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・三度豆柔らか煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・鯛ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・人参柔らか煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					
8・22	9・23	10・24	11・25	12・26	13・27
<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・ささみほぐし煮 ・キャベツ煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・鮭ほぐし煮 ・人参柔らか煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ブロッコリー煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・味噌汁 ・鯛ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・玉葱柔らか煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・ささみほぐし煮 ・ブロッコリー煮 ・かぼちゃ煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおかゆ ・果物
3時のおやつ					

《たけのこについて》

たけのこは、竹の地下茎から出てくる若い茎のことです。約一か月ほどで竹になってしまうので生のたけのこを楽しむのは限られた期間です。

栄養面でも、たんぱく質やカリウム、食物繊維が豊富に含まれています。今が旬のたけのこをぜひご家庭でも取り入れてくださいね♪



※こども園の行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。