

## 【5月分：7～8ヶ月食材表】

	1・3・5週					
献立名	豆腐の野菜煮 キャベツスープ ほうれん草全粥	しらすと芋の煮物 コーンスープ パン粥	野菜と鶏のとろみ煮 すまし汁 全粥	鯛と玉葱の煮物 人参スープ 小松菜パン粥	鶏大根 すまし汁 キャベツ全粥	野菜うどん さつまいもと豆腐の 煮物 ほうれん草和え物
食 材	豆腐・ほうれん草・人参  キャベツ・玉葱  米・ほうれん草	じゃがいも・しらす・玉葱  コーン・キャベツ  パン	鶏ミンチ・白菜・人参・大 根・片栗粉  ほうれん草・玉葱・かつお 節・昆布  米	鯛・玉葱・ほうれん草  人参・ブロッコリー  パン・小松菜	鶏ささみ・大根・人参  白菜・玉葱・かつお節・ 昆布  米・キャベツ	うどん・キャベツ・人参・ かつお節・昆布  さつまいも・豆腐  ほうれん草・白菜
おやつ						

2・4週

	2・4週					
献立名	野菜のとろとろ煮 かぼちゃスープ しらす全粥	ほうれん草と 鶏じゃが 豆腐スープ パン粥	鯛のあんかけ すまし汁 芋全粥	鶏ささみと野菜煮 トマトスープ ブロッコリーパン粥	野菜豆腐あんかけ すまし汁 全粥	鶏うどん コーンとキャベツ煮 人参和え
食 材	大根・小松菜・人参・ 片栗粉  かぼちゃ・キャベツ  米・しらす	鶏ささみ・ほうれん草・じ ゃがいも・人参  豆腐・玉葱  パン	鯛・玉葱・人参  小松菜・白菜・かつお節・昆 布  米・さつまいも	鶏ささみ・かぼちゃ・ほ うれん草  トマト・玉葱  パン・ブロッコリー	小松菜・大根・豆腐・ 片栗粉  白菜・人参・かつお節・ 昆布  米	うどん・鶏ささみ・ほうれ ん草・人参・かつお節・昆 布・片栗粉  コーン・キャベツ  人参・白菜
おやつ						