

2026年5月 乳児食 献立表



日付	曜日		主 食	献 立	カロリー	たんぱく質	体をつくる	熱や力になる	体調を整える
1	金		ごはん	ふかしいも 豚肉ときのこのマヨ炒め 花がんも いんげんのごま和え みかん	258	7.6	豚肉 豆腐 すり身	こめ 植物油 かつまいも ごま	ひらたけ しいたけ マッシュルーム ねぎ れんこん いんげん みかん
7	木	S	ごはん	チキンカレー カリフラワー ほうれん草のおひたし とうもろこしすり身寄せ	250	8.6	鶏肉 すり身	こめ 植物油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 ほうれん草 カリフラワー とうもろこし
8	金		ごはん	デミグラスハンバーグ きのごソテー 青海苔ポテト マカロニサラダ りんご	272	9.5	鶏肉 豚肉 青海苔	こめ 植物油 じゃがいも マカロニ	ひらたけ しいたけ マッシュルーム もやし ビーマン 人参 コーン グリーンピース りんご
11	月	S	ごはん	麻婆豆腐 ウインナー 青菜のじゃこ和え 梨	253	9.0	豆腐 豚肉 鶏肉 しらす	こめ 植物油	玉ねぎ チンゲン菜 梨
12	火	S	ごはん	ハヤシシチュー ブロッコリー ツナサラダ 黄桃	247	7.4	豚肉 まぐろ	こめ 植物油 じゃがいも	黄桃 玉ねぎ 人参 グリーンピース キャベツ ビーマン ブロッコリー
13	水		ごはん	ツナと大根の煮物 肉野菜炒め 豆乳がんも 小松菜のおひたし りんご	271	8.3	豆腐 豚肉 まぐろ	こめ 植物油 ごま	キャベツ 人参 こまつな 大根 りんご
14	木	S	ごはん	ポークチャップ ブロッコリー 白菜のおかか和え みかん	284	12.3	豚肉 削り節	こめ 植物油 じゃがいも ごま	トマト しいたけ ひらたけ マッシュルーム パセリ 玉ねぎ 人参 白菜 ブロッコリー みかん
15	金		ごはん	小籠包 ひじきの煮物 さつまいも煮 ビーマンとツナの炒め物 黄桃	271	8.4	鶏肉 豚肉 油揚げ ひじき まぐろ	こめ 植物油 ごま さつまいも	人参 コーン キャベツ ビーマン 黄桃
18	月		ごはん	さつま揚げ 肉じゃが ナスの煮びたし たけのこの煮物 みかん	296	8.9	豚肉 すり身	こめ 植物油 じゃがいも	玉ねぎ 人参 たけのこ なす みかん
19	火		ごはん	麻婆なす れんこんの煮物 ツナとわかめの和え物 白桃	301	8.3	豚肉 まぐろ わかめ	こめ 植物油 ごま	玉ねぎ 人参 キャベツ れんこん なす 白桃
20	水		ごはん	ハムステーキ 豚肉と野菜のしょうが炒め 人参煮 ほうれん草のごま和え 黄桃	301	8.8	豚肉 鶏肉	こめ 植物油 ごま	玉ねぎ 人参 ほうれん草 黄桃
21	木		ごはん	鮭とキャベツの和え物 大根としいたけの煮物 オクラのおかか和え 厚揚げ煮 梨	255	8.8	さけ 削り節 厚揚げ	こめ 植物油 ごま	大根 しいたけ 人参 いんげん オクラ キャベツ 梨
22	金		ごはん	鶏肉の照り焼き きんぴらごぼう たけのこの煮物 水菜と鮭の和え物 りんご	256	10.3	鶏肉 さけ	こめ 植物油 ごま	ごぼう 人参 水菜 キャベツ たけのこ りんご
25	月		ごはん	竹輪の煮物 ブルコギ炒め 肉団子 春雨サラダ 白桃	253	8.9	豚肉 すり身 鶏肉	こめ 植物油 春雨	玉ねぎ もやし いら ビーマン ひらたけ 人参 白桃
26	火		ごはん	チキンソテー カレー肉じゃが 高野豆腐煮 さつま揚げ みかん	289	10.9	豚肉 豆腐 鶏肉 すり身	こめ 植物油 じゃがいも	いんげん 人参 みかん
27	水		ごはん	チリコンカン ブロッコリー ツナサラダ 黄桃	262	10.2	豚肉 鶏肉 大豆 まぐろ	こめ 植物油 じゃがいも マカロニ	トマト パセリ 玉ねぎ 人参 キャベツ ビーマン ブロッコリー 黄桃
28	木		ごはん	鶏肉の照り焼き 根菜煮 オクラ 春雨と人参の和え物 パイン	260	8.5	鶏肉	こめ 植物油 春雨 ごま	ごぼう 人参 れんこん オクラ パイン
29	金		ごはん	鮭じゃが お野菜のみそ炒め 焼豚 大根葉のごま和え 梨	261	7.5	さけ 豚肉	こめ 植物油 じゃがいも ごま	キャベツ チンゲン菜 人参 コーン 大根葉 梨

※ 食品材料の入荷の都合上、献立の一部を変更させて頂く場合もありますので、ご了承ください。
 ※ 毎日お届けするお弁当は食品衛生上、当日の午後1時までにお召し上がりください。
 ※ 使用している魚は骨を極力抜いていますが、まれに小骨が入っている可能性がありますので、喫食時にはご注意ください。

※ すり身の原材料に使用している魚はえび、かにを食べているものを含みます。
 ※ 一部原料はえび、かにが混ざる漁法で採取しています。
 ※ サラダに使用しているマヨネーズは植物油を主要原料としたドレッシングです。
 ※ 乳児食Cの主食はすべてやわらか白ごはんになります。

産地のご案内 人参（北海道 徳島）、キャベツ（愛知）、玉ねぎ（北海道 熊本）、じゃがいも（北海道）
 （主な物） 小松菜・ほうれん草（熊本）、鶏肉（ブラジル）、豚肉・牛肉（オーストラリア）、魚類（欧州、ニュージーランド、チリ）、お米（国内産）