



5月 離乳食 7~8ヶ月頃(中期)

平成29年度 西奈良ルーテル保育園

都合により献立を変更する事があります。

日	曜日	昼食	材 料 名		
			赤:血や肉を作る	緑:体の調子を整える	黄:熱や力の元になる
1	月	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 人参煮物 汁	高野豆腐	玉ねぎ・キャベツ 人参	米
2	火	7倍粥 ささみと野菜の煮物 きゅうりの刻み和え 汁	ささみ	玉ねぎ きゅうり・人参 キャベツ ブロッコリー	米
6	土	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 汁 りんご	カレイ	玉ねぎ・人参 かぼちゃ りんご	米
8	月	7倍粥 野菜のそぼろ煮 白菜の刻み和え 汁	鶏ミンチ	玉ねぎ 白菜 人参	米 おつゆ麩
9	火	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 小松菜の刻み和え 汁	高野豆腐	玉ねぎ・人参 小松菜	米
10	水	7倍粥 ささみの柔らか煮 ブロッコリーの刻み和え 汁	ささみ	人参 ブロッコリー 玉ねぎ	米
11	木	7倍粥 白身魚の煮付け 人参煮物 汁	カレイ	人参 玉ねぎ	米 おつゆ麩
12	金	煮込みそうめん ささみと野菜の煮物 バナナ	ささみ	人参 バナナ 玉ねぎ	そうめん さつま芋
15	月	7倍粥 野菜のそぼろ煮 きゅうりの刻み和え 汁	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参 白菜 きゅうり	米
16	火	7倍粥 白身魚の煮付け 人参煮物 汁	カレイ	人参	米 おつゆ麩
17	水	7倍粥 野菜のそぼろ煮 小松菜の刻み和え にゅうめん汁	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参 キャベツ・ピーマン 小松菜	米 そうめん

☆5月5日はこどもの日☆

☆こいのぼりの由来☆

鯉のぼりは、中国の登竜門の故事に由来しています。『鯉の滝登り』ですね。

黄河の上流の急な流れを鯉が上るという事から、鯉は出世魚として考えられ、

子供の立身出世の象徴として、江戸時代から盛んに立てられるようになったそうです。

また子供が生まれた家では、「この家の子どもをお守りください」と天の神様に向かって目印にたてたという話もあります。

5月2日にこどもの日のメニューを提供します。



日	曜日	昼食	材 料 名		
			赤: 血や肉を作る	緑: 体の調子を整える	黄: 熱や力の元になる
18	木	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 白菜の刻み和え 汁	カレイ	人参・玉ねぎ 白菜 きゅうり	米・じゃが芋 おつゆ麩
19	金	7倍粥 ささみの柔らか煮 キャベツの刻み和え 汁	ささみ	キャベツ 人参・かぼちゃ 玉ねぎ	米
20	土	煮込みそうめん 高野豆腐の煮物 チンゲン菜の刻み和え	高野豆腐	キャベツ 人参 チンゲン菜 玉ねぎ	そうめん
22	月	7倍粥 野菜のそぼろ煮 キャベツの刻み和え りんご	鶏ミンチ	玉ねぎ・人参 キャベツ きゅうり りんご	米
23	火	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 人参煮物 汁	高野豆腐	人参 玉ねぎ	米 おつゆ麩
24	水	7倍粥 ささみの柔らか煮 人参煮物 汁	ささみ	人参 大根 玉ねぎ	米
25	木	7倍粥 白身魚の煮付け じゃが芋の煮物 汁	たら 豆腐	人参	米 じゃが芋
26	金	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツの刻み和え 汁	高野豆腐 ささみ	かぼちゃ・玉ねぎ 小松菜・大根 人参 キャベツ	米
27	土	にゅうめん 人参煮物 バナナ	鶏ミンチ	玉ねぎ 人参 バナナ	そうめん
29	月	7倍粥 白身魚と野菜の煮物 小松菜の刻み和え 汁	カレイ 豆腐	玉ねぎ・人参 小松菜	米
30	火	7倍粥 ささみと野菜の煮物 大根の煮物 汁	ささみ	玉ねぎ ピーマン・大根 人参・ほうれん草	米
31	水	7倍粥 高野豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーの刻み和え 汁	高野豆腐	白菜・人参 玉ねぎ ブロッコリー	米

