

6 月離乳食献立表(後期食)

日にち	曜日	午前		午後	
		献立	主な食材	献立	主な食材
2・16・30	月	3倍粥 肉団子のトマト煮 かぼちゃの煮物 春雨と野菜の煮物 すまし汁(わかめ・人参)	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、トマトピューレ、片栗粉 かぼちゃ 春雨、人参、きゅうり、塩、片栗粉 わかめ、人参、塩、しょうゆ	3倍粥 魚の煮物 人参のしょうゆ煮物 くだもの みそ汁(じゃがいも・小松菜)	米 白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、小松菜、みそ
		煮込みうどん 鶏団子の煮物 野菜のみそ煮	乾うどん、ねぎ、ほうれん草、しょうゆ、片栗粉 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、きゅうり、人参、みそ、片栗粉	3倍粥 豆腐の煮物 じゃがいもの青のり煮 くだもの すまし汁(もやし・人参)	米 豆腐、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、青のり、塩 もやし、人参、塩、しょうゆ
4・18	水	3倍粥 魚の煮物 人参とひじきの煮物 小松菜の煮物 みそ汁(玉ねぎ・じゃがいも)	米 白身魚、塩、片栗粉 人参、ひじき、しょうゆ、片栗粉 小松菜、きやべつ、塩、片栗粉 玉ねぎ、じゃがいも、みそ	3倍粥 ひき肉と玉ねぎの煮物 さつまいもの煮物 くだもの すまし汁(きやべつ・ねぎ)	米 鶏ひき肉、玉ねぎ、みそ、片栗粉 さつまいも きやべつ、ねぎ、塩、しょうゆ
		3倍粥 ひき肉と野菜のミルク煮 ぶどう豆 野菜の煮物 スープ(玉ねぎ・きやべつ)	米 豚ひき肉、人参、じゃがいも、牛乳、塩、片栗粉 大豆、干しぶどう、砂糖、しょうゆ きやべつ、人参、きゅうり、塩、片栗粉 玉ねぎ、きやべつ、塩	3倍粥 魚の野菜あんかけ ゆでブロッコリー くだもの みそ汁(人参・きやべつ)	米 白身魚、玉ねぎ、人参、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、塩 人参、きやべつ、みそ
6・20	金	3倍粥 鮭の煮物 人参のみそ煮 きやべつと玉ねぎの煮物 すまし汁(麩・わかめ)	米 鮭、塩、片栗粉 人参、みそ、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、しょうゆ、片栗粉 麩、わかめ、塩、しょうゆ	3倍粥 肉団子の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの みそ汁(玉ねぎ・ほうれん草)	米 豚ひき肉、鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 かぼちゃ 玉ねぎ、ほうれん草、みそ
		3倍粥 豆腐のそぼろあんかけ じゃがいもの煮物 ほうれん草ときやべつの煮物 みそ汁(人参・玉ねぎ)	米 豆腐、鶏ひき肉、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、塩 ほうれん草、きやべつ、塩、片栗粉 人参、玉ねぎ、みそ	3倍粥 魚のみそ煮 さつまいもの煮物 くだもの すまし汁(小松菜・ねぎ)	米 白身魚、みそ、片栗粉 さつまいも 小松菜、ねぎ、塩、しょうゆ
9・23	月	3倍粥 ひき肉と玉ねぎの煮物 高野豆腐の煮物 きゅうりとわかめの煮物 みそ汁(なす・ねぎ)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、片栗粉 高野豆腐、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、わかめ、きやべつ、塩、片栗粉 なす、ねぎ、みそ	3倍粥 魚の煮物 人参の煮物 くだもの スープ(きやべつ・玉ねぎ)	米 白身魚、塩、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、塩
		3倍粥 魚のみそ煮 かぶの煮物 三色煮 すまし汁(小松菜・麩)	米 白身魚、みそ、片栗粉 かぶ、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、きゅうり、人参、塩、片栗粉 小松菜、麩、塩、しょうゆ	みそ煮込みうどん 豆腐のしらすあんかけ さつまいもの煮物 くだもの	乾うどん、きやべつ、玉ねぎ、人参、みそ 豆腐、しらす、しょうゆ、片栗粉 さつまいも
11・25	水	納豆粥 鶏団子の煮物 人参のしょうゆ煮 きやべつと小松菜の煮物 みそ汁(きやべつ・玉ねぎ)	米、ひきわり納豆、しょうゆ 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、小松菜、塩、片栗粉 きやべつ、玉ねぎ、みそ	3倍粥 魚の煮物 じゃがいものみそ煮 くだもの すまし汁(人参・小松菜)	米 白身魚 じゃがいも、みそ 人参、小松菜、塩、しょうゆ
		3倍粥 魚の煮物 じゃがいもと人参のみそ煮 野菜のコロコロ煮 すまし汁(豆腐・ねぎ)	米 白身魚、塩、片栗粉 じゃがいも、人参、みそ、片栗粉 きやべつ、人参、きゅうり、塩、片栗粉 豆腐、ねぎ、塩、しょうゆ	3倍粥 ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの スープ(きやべつ・わかめ)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、片栗粉 かぼちゃ きやべつ、わかめ、塩
13・27	金	肉みそうどん 金時豆の煮物 ほうれん草ときやべつの煮物 スープ(レタス・玉ねぎ)	乾うどん、豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、片栗粉 金時豆、砂糖 ほうれん草、きやべつ、塩、片栗粉 レタス、玉ねぎ、塩	3倍粥 魚の煮物 ゆでブロッコリー くだもの みそ汁(豆腐・もやし)	米 白身魚、しょうゆ、片栗粉 ブロッコリー、塩 豆腐・もやし、みそ
		3倍粥 ひき肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 きやべつと青のり煮 みそ汁(人参・麩)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ、片栗粉 人参、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、青のり、塩、片栗粉 人参、麩、みそ	3倍粥 豆腐の煮物 人参のみそ煮 くだもの すまし汁(ねぎ・ほうれん草)	米 豆腐、しょうゆ、片栗粉 人参、みそ、片栗粉 ねぎ、ほうれん草、片栗粉
26	木	あけぼの粥 鶏団子の煮物 さつまいもの煮物 野菜のコロコロ煮 スープ(玉ねぎ、人参) バナナ	米、人参 鶏ひき肉、玉ねぎ、豆腐、パン粉、しょうゆ、片栗粉 きやべつ、人参、きゅうり、塩、片栗粉 玉ねぎ、人参、塩 バナナ	3倍粥 ひき肉と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 くだもの スープ(きやべつ・わかめ)	米 豚ひき肉、玉ねぎ、人参、みそ、片栗粉 かぼちゃ きやべつ、わかめ、塩

📅 今月の誕生会は26日(木)です📅

※献立は材料の都合により変わることがあります。