

令和元年

6月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				主な材料		午後食			主な材料	
		ごっくん期 (A)	もぐもぐ期 (B)	かみかみ期 (C)	ばくばく期 (D)	午前食	B C	D	午後食	午後食		
1	土	粥 じゃがいも かぶのスープ	しらす野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	しらす野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	しらす野菜おじや じゃがいもの煮物 かぶのスープ	しらす 人参 玉葱 じゃがいも かぶ	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら		
3	月	粥 豆腐 きゃべつのスープ	マーボー粥 トマト きゃべつのスープ	マーボー粥 トマト きゃべつのスープ	マーボーどんぶり トマト きゃべつのスープ	鶏胸肉 豆腐 玉葱 トマト きゃべつ	かぼちゃパン粥 ほうれんそう・かぶ	かぼちゃサンド ほうれんそう・かぶ	食パン かぼちゃ ほうれんそう かぶ			
4	火	粥 かぼちゃ 人参のスープ	煮こみうどん かぼちゃの煮物・ブロッコリー	煮こみうどん かぼちゃの煮物・ブロッコリー	煮こみうどん かぼちゃの煮物・ブロッコリー	うどん 人参 玉葱 かぼちゃ ブロッコリー	二色粥 大根のみそ煮	二色ごはん 大根のみそ煮	しらす 人参 大根			
5	水	粥 かぶ 白菜のスープ	粥 ささみおろし煮 人参甘煮 白菜の味噌汁	粥 ささみおろし煮 人参甘煮 白菜の味噌汁	軟飯 ささみおろし煮 人参甘煮 白菜の味噌汁	ささみ かぶ 人参 白菜	たらのあんかけ粥 じゃがいもの煮物	たらのあんかけごはん じゃがいもの煮物	たら 人参 玉葱 小松菜 じゃがいも			
6	木	粥 豆腐 ほうれんそうのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 ほうれんそうお浸し 大根の味噌汁	粥 豆腐ハンバーグ ほうれんそうお浸し 大根の味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ ほうれんそうお浸し 大根の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) ほうれんそう 大根	トマトのリゾット かぼちゃ・きゃべつお浸し	トマトピラフ かぼちゃ・きゃべつお浸し	トマト 玉葱 (Dバター・ケチャップ) かぼちゃ きゃべつ			
7	金	粥 じゃがいも 人参のスープ	パン粥 魚のバター蒸し じゃがいもとトマトのスープ	パン粥 魚のバター蒸し じゃがいもとトマトのスープ	食パン 魚のバター蒸し じゃがいもとトマトのスープ	食パン カレイ 人参 玉葱 バター じゃがいも トマト	きなこ粥 ブロッコリー・白菜	きなこおはぎ ブロッコリーと白菜のおかかあえ	きなこ ブロッコリー 白菜 (Dかつお節)			
8	土	粥 人参 大根のスープ	わかめおじや 大根の味噌汁	わかめおじや 大根の味噌汁	わかめおじや 大根の味噌汁	わかめ 人参 玉葱 大根	さつまいもとかぼちゃのおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			さつまいも かぼちゃ 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら		
10	月	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐団子と野菜の煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐団子と野菜の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐団子と野菜の煮物 白菜の味噌汁	豆腐 人参 (CDパン粉) かぼちゃ 白菜	チーズパン粥 ブロッコリー・トマト	チーズサンド ブロッコリーソテー・トマト	食パン チーズ ブロッコリー トマト			
11	火	粥 じゃがいも 白菜のスープ	野菜うどん 粉ふきいも 果物	野菜うどん 粉ふきいも 果物	野菜うどん 粉ふきいも 果物	うどん 人参 きゃべつ じゃがいも バナナ	あんかけ粥 大根の煮物	あんかけごはん 大根の煮物	鶏胸肉 人参 ほうれんそう 大根			
12	水	粥 人参 小松菜のスープ	粥 トマトのそぼろ煮 小松菜と人参のスープ	粥 鶏団子のトマト煮 小松菜と人参のスープ	軟飯 鶏団子のトマト煮 小松菜と人参のスープ	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト (CDケチャップ) 小松菜 人参	みそわかめおじや 白菜煮びたし・かぶ	五平もち 白菜煮びたし・かぶ	(BC わかめ) 白菜 かぶ			
13	木	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 ブロッコリー	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 ブロッコリー	食パン ささみと野菜のスープ ブロッコリー	食パン ささみ 人参 きゃべつ ブロッコリー	たらといんげんのお粥 じゃがいもの味噌煮	たらの炊きこみごはん じゃがいもの味噌煮	たら いんげん じゃがいも			
14	金	粥 白身魚 人参のスープ	粥 煮魚 人参 玉葱とわかめの味噌汁	粥 煮魚 人参 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯 煮魚 人参スティック 玉葱とわかめの味噌汁	カレイ 人参 玉葱 わかめ	りんごパン粥 かぼちゃ・小松菜	りんごサンド かぼちゃ・小松菜	食パン りんご かぼちゃ 小松菜			
15	土	粥 じゃがいも 白菜のスープ	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁 果物	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁 果物	野菜おじや じゃがいもと玉葱の味噌汁 果物	人参 白菜 じゃがいも 玉葱 バナナ	しらすおじや 彩野菜の汁椀			しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも		
17	月	粥 大根 ほうれんそうのスープ	そぼろ粥 大根と人参の煮物 わかめの味噌汁	そぼろ粥 大根と人参の煮物 わかめの味噌汁	そぼろごはん 大根と人参の煮物 わかめの味噌汁	鶏胸肉 ほうれんそう 大根 人参 わかめ	きなこパン粥 トマト・じゃがいも	きなこサンド トマト・粉ふきいも	食パン きなこ トマト じゃがいも			
18	火	粥 豆腐 きゃべつのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 貝たくさん味噌汁	粥 豆腐ボール 貝たくさん味噌汁	軟飯 豆腐ボール 貝たくさん味噌汁	豆腐 人参 (CDばんこ) 玉葱 きゃべつ チンゲン菜	ささみといんげんのお粥 かぼちゃの煮物	ささみの炊きこみごはん かぼちゃの煮物	ささみ いんげん かぼちゃ			
19	水	粥 じゃがいも 人参のスープ	粥 鶏と野菜のスープ煮 じゃがいも	粥 肉団子と野菜のスープ煮 粉ふきいも	軟飯 肉団子と野菜のスープ 粉ふきいも	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 きゃべつ 人参 じゃがいも	甘辛しらす粥 白菜・ブロッコリー	甘辛しらすごはん 白菜・ブロッコリーのおかかあえ	しらす 白菜 ブロッコリー (Dかつお節)			
20	木	粥 白身魚 きゃべつのスープ	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつとわかめの味噌汁	粥 魚のみそ煮 トマト きゃべつとわかめの味噌汁	軟飯 魚のみそ煮 トマト きゃべつとわかめの味噌汁	カレイ トマト きゃべつ わかめ	人参粥 豆腐と野菜の煮物	人参ごはん 豆腐と野菜の煮物	人参 豆腐 大根			
21	金	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	ささみと白菜のうどん 人参甘煮・かぼちゃの煮物	ささみと白菜のうどん 人参甘煮・かぼちゃの煮物	ささみと白菜のうどん 人参甘煮・かぼちゃの煮物	うどん ささみ 白菜 人参 かぼちゃ	チーズおじや ほうれんそうお浸し・かぶ	チーズお焼き ほうれんそうお浸し・かぶ	チーズ 青のり (CD) ほうれんそう かぶ			
22	土	粥 豆腐 小松菜のスープ	しらすわかめおじや 貝たくさん味噌汁	しらすわかめおじや 貝たくさん味噌汁	しらすわかめおじや 貝たくさん味噌汁	しらす わかめ 豆腐 人参 玉葱 小松菜	やわらか鶏のおかゆ 白身魚と野菜の洋風煮込み			玉葱 人参 鶏肉 人参 玉葱 かぼちゃ じゃがいも たら		
24	月	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	パン粥 じゃがいものそぼろあんかけ きゃべつと人参のスープ	パン粥 焼きポテト きゃべつと人参のスープ	食パン 焼きポテト きゃべつと人参のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも きゃべつ 人参	わかめおじや かぼちゃと大根の煮物	わかめおじや かぼちゃと大根の煮物	わかめ 玉葱 かぼちゃ 大根			
25	火	粥 豆腐 ほうれんそうのスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ トマト 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ トマト 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ トマト 麩とほうれんそうの味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (CDパン粉) トマト 麩 ほうれんそう	野菜おじや かぶの味噌煮	野菜おやき かぶの味噌煮	人参 いんげん 白菜			
26	水	粥 かぼちゃ 小松菜のスープ	みそうどん ささみと小松菜の和え物・かぼちゃ	みそうどん ささみと小松菜の和え物・かぼちゃ	みそうどん ささみと小松菜の和え物・かぼちゃ	うどん 人参 玉葱 ささみ 小松菜 かぼちゃ	あんかけ粥 ブロッコリーしらすあえ	あんかけごはん ブロッコリーしらすあえ	人参 玉葱 きゃべつ ブロッコリー しらす			
27	木	粥 じゃがいも 大根のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいもとわかめの味噌汁	粥 豆腐と野菜の煮物 じゃがいもとわかめの味噌汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 じゃがいもとわかめの味噌汁	豆腐 大根 人参 じゃがいも わかめ	ささみとほうれんそうのお粥 トマトときゃべつのお浸し	ささみとほうれんそうのごはん トマトときゃべつのお浸し	ささみ ほうれんそう トマト きゃべつ			
28	金	粥 人参 かぶのスープ	粥 魚の味噌野菜蒸し かぶのスープ	粥 魚の味噌野菜蒸し かぶのスープ	軟飯 魚の味噌野菜蒸し かぶのスープ	カレイ 人参 玉葱 かぶ	チーズパン粥 白菜と小松菜の和え物	食パン・チーズ 白菜と小松菜のソテー	食パン チーズ 白菜 小松菜			
29	土	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	そぼろあんかけ粥 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	そぼろあんかけ粥 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	そぼろあんかけごはん かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	鶏胸肉 かぼちゃ 白菜	しらすおじや 彩野菜の汁椀			しらす 人参 玉葱 きゃべつ 人参 いんげん 玉葱 じゃがいも		

ばくばく後期 (E) の午前食は乳児食と同じです。