

令和3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 午前食	午後食		主な材料 午後食
		初期	中期	後期	完了		中期・後期	完了・移行期	
1	火	粥 大根 きゃべつのスープ	粥 ささみと野菜のスープ 大根の味噌煮	粥 ささみと野菜のスープ 大根の味噌煮	軟飯 ささみと野菜のスープ 大根の味噌煮	ささみ 人参 きゃべつ 大根	きなこ粥 ほうれんそうとトマトのサラダ	きなこおはぎ ほうれんそうとトマトのサラダ	きなこ ほうれんそう トマト
2	水	粥 じゃがいも 人参のスープ	粥 鶏とじゃがいもの煮物 人参と小松菜の味噌汁	粥 鶏団子とじゃがいもの煮物 人参と小松菜の味噌汁	軟飯 鶏団子とじゃがいもの煮物 人参と小松菜の味噌汁	鶏胸肉 玉葱 片栗粉 じゃがいも 人参 小松菜	りんごパン粥 白菜・ブロッコリー	りんごサンド 白菜・ブロッコリー	食パン りんご 白菜 ブロッコリー
3	木	粥 かぶ きゃべつのスープ	パン粥 魚のバター蒸し トマト きゃべつの味噌汁	パン粥 魚のバター蒸し トマト きゃべつの味噌汁	食パン 魚のバター蒸し トマト きゃべつの味噌汁	食パン カレイ 人参 玉葱 バター トマト きゃべつ	野菜おじや ささみのおろしあんかけ	野菜おやき ささみのおろしあんかけ	人参 いんげん ささみ かぶ
4	金	粥 白菜 かぼちゃのスープ	粥 豆腐そぼろあんかけ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	粥 豆腐そぼろあんかけ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	軟飯 豆腐そぼろあんかけ かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	豆腐 玉葱 鶏胸肉 かぼちゃ 白菜	タラと人参の味噌おじや 大根と小松菜の煮物	タラの味噌炊き込みごはん 大根と小松菜の煮物	タラ 人参 大根 小松菜
5	土	粥 人参 かぶのスープ	しらすと野菜のおじや ブロッコリー かぶの味噌汁	しらすと野菜のおじや ブロッコリー かぶの味噌汁	しらすと野菜のおじや ブロッコリー かぶの味噌汁	しらす 人参 玉葱 ブロッコリー かぶ	煮込みうどん さつまいもの煮物	煮込みうどん さつまいもの煮物	うどん 人参 玉葱 さつまいも
7	月	粥 かぼちゃ 人参のスープ	粥 煮魚 人参甘煮 玉葱とわかめの味噌汁	粥 煮魚 人参甘煮 玉葱とわかめの味噌汁	軟飯 煮魚 人参甘煮 玉葱とわかめの味噌汁	カレイ 人参 玉葱 わかめ	チーズパン粥 かぼちゃ・きゃべつ	チーズサンド かぼちゃときゃべつのソテー	食パン チーズ かぼちゃ きゃべつ
8	火	粥 大根 きゃべつのスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 トマト	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 トマト	食パン 肉団子と野菜のスープ トマト	食パン 鶏胸肉 玉葱 片栗粉 きゃべつ 人参 トマト	人参粥 大根と豆腐のみそあんかけ	人参ごはん 大根と豆腐のみそあんかけ	人参 大根 豆腐
9	水	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	ささみと人参のお粥 かぼちゃの煮物 麩と玉葱の味噌汁	ささみと人参のお粥 かぼちゃの煮物 麩と玉葱の味噌汁	ささみの炊き込みごはん かぼちゃの煮物 麩と玉葱の味噌汁	ささみ 人参 かぼちゃ 麩 玉葱	甘辛しらす粥 小松菜と白菜の煮浸し	甘辛しらすごはん 小松菜と白菜の煮浸し	しらす 小松菜 白菜
10	木	粥 豆腐 人参のスープ	マーボー粥 大根の煮物 白菜と人参のスープ	マーボー粥 大根の煮物 白菜と人参のスープ	マーボー丼 大根の煮物 白菜と人参のスープ	豆腐 鶏胸肉 玉葱 大根 白菜 人参	チーズおじや ほうれん草お浸し・トマト	チーズお焼き ほうれん草お浸し・トマト	チーズ 青のり(後・完) ほうれんそう トマト
11	金	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	野菜うどん じゃがいもの煮物 果物	うどん 玉葱 きゃべつ じゃがいも パナナ	ささみとわかめおじや 人参・ブロッコリー	ささみとわかめごはん 人参とブロッコリーのおかかあえ	ささみ わかめ かぶ 人参 ブロッコリー(完 かつお節)
12	土	粥 人参 ほうれんそうのスープ	ささみとトマトのリゾット 大根とほうれんそうの味噌汁	ささみとトマトのリゾット 大根とほうれんそうの味噌汁	ささみとトマトのピラフ 大根とほうれんそうの味噌汁	ささみ トマト 玉葱 バター(後・完クチャップ) 大根 ほうれんそう	かぼちゃ粥 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃごはん 豆腐と野菜の煮物	かぼちゃ 豆腐 玉葱 白菜
14	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 きゃべつの人参のスープ	パン粥 焼きポテト きゃべつの人参のスープ	食パン 焼きポテト きゃべつの人参のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも きゃべつ 人参	みそおじや 大根の煮物	五平もち 大根と人参のきんぴら	玉葱(中期・後期) 大根 人参
15	火	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ かぼちゃの煮物 大根の味噌汁	粥 豆腐ボール かぼちゃの煮物 大根の味噌汁	軟飯 豆腐ボール かぼちゃの煮物 大根の味噌汁	豆腐 人参(後・完・パン粉) かぼちゃ 大根	トマトリゾット 白菜・ブロッコリー	トマトピラフ 白菜・ブロッコリー	トマト 玉葱 バター(完クチャップ) 白菜 ブロッコリー
16	水	粥 じゃがいも ほうれんそうのスープ	粥 トマトのそぼろ煮 じゃがいもとわかめの味噌汁 果物	粥 肉団子のトマト煮 じゃがいもとわかめの味噌汁 果物	軟飯 肉団子のトマト煮 じゃがいもとわかめの味噌汁 果物	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト(後・完クチャップ) じゃがいも わかめ オレンジ	きなこパン粥 ほうれんそう・人参のグラッセ	きな粉サンド ほうれんそう・人参のグラッセ	食パン きなこ ほうれんそう 人参 バター
17	木	粥 大根 かぼちゃのスープ	みそうどん 大根の煮物 ブロッコリーお浸し	みそうどん 大根の煮物 ブロッコリーお浸し	みそうどん 大根の煮物 ブロッコリーお浸し	ささみ 人参 小松菜 大根 ブロッコリー	チーズリゾット かぼちゃ・かぶ	チーズおかかごはん かぼちゃ・かぶ	チーズ(完 かつお節) かぼちゃ かぶ
18	金	粥 白身魚 きゃべつのスープ	粥 魚の野菜蒸し トマト きゃべつの味噌汁	粥 魚の野菜蒸し トマト きゃべつの味噌汁	軟飯 魚の野菜蒸し トマト きゃべつの味噌汁	カレイ 人参 玉葱 トマト きゃべつ	鶏と野菜のお粥 じゃがいもの煮物	赤ちゃんピビンパ 粉ふきいも	鶏胸肉 人参 ほうれんそう じゃがいも
19	土	粥 じゃがいも 大根のスープ	あんかけ粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	あんかけ粥 じゃがいもと玉葱の味噌汁	あんかけごはん じゃがいもと玉葱の味噌汁	鶏胸肉 人参 大根 じゃがいも 玉葱	煮込みうどん ブロッコリーお浸し	煮込みうどん ブロッコリーおかかあえ	うどん 人参 玉葱 ブロッコリー(完 かつお節)
21	月	粥 豆腐 人参のスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参甘煮 ほうれんそうとわかめの味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 人参甘煮 ほうれんそうとわかめの味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ 人参甘煮 ほうれんそうとわかめの味噌汁	豆腐 鶏胸肉(後・完パン粉) 人参 ほうれんそう わかめ	かぼちゃパン粥 白菜とトマトのサラダ	かぼちゃサンド 白菜とトマトのサラダ	食パン かぼちゃ 白菜 トマト
22	火	粥 大根 きゃべつのスープ	ささみときゃべつのうどん 大根の味噌煮・ブロッコリー	ささみときゃべつのうどん 大根の味噌煮・ブロッコリー	ささみときゃべつのうどん 大根の味噌煮・ブロッコリー	うどん ささみ きゃべつ 大根 ブロッコリー	二色粥 小松菜お浸し	二色ごはん 小松菜のりあえ	しらす 人参 小松菜(完 のり)
23	水	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 魚の味噌煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	粥 魚の味噌煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	軟飯 魚の味噌煮 じゃがいもと人参の煮物 白菜の味噌汁	カレイ じゃがいも 人参 白菜	そぼろあんかけ粥 大根の煮物・ほうれんそう	そぼろあんかけごはん 大根の煮物・ほうれんそう	鶏胸肉 玉葱 大根 ほうれんそう
24	木	粥 かぼちゃ きゃべつのスープ	パン粥 ささみとトマトのスープ煮 かぼちゃ	パン粥 ささみとトマトのスープ煮 かぼちゃ	食パン ささみとトマトのスープ かぼちゃ	食パン ささみ 玉葱 トマト きゃべつ かぼちゃ	わかめおじや 人参甘煮・ブロッコリー	わかめおじや 人参甘煮・ブロッコリー	わかめ 玉葱 人参 ブロッコリー
25	金	粥 かぶ ほうれんそうのスープ	豆腐あんかけ粥 人参のグラッセ かぶの味噌汁	豆腐あんかけ粥 人参のグラッセ かぶの味噌汁	豆腐あんかけ丼 人参のグラッセ かぶの味噌汁	豆腐 ほうれんそう 人参 バター かぶ	たらといんげんの粥 じゃがいもの味噌煮	たらといんげんの炊き込みごはん じゃがいもの味噌煮	たら いんげん じゃがいも
26	土	粥 かぼちゃ 人参のスープ	野菜おじや かぼちゃの煮物 果物	野菜おじや かぼちゃの煮物 果物	野菜おじや かぼちゃの煮物 果物	人参 玉葱 白菜 かぼちゃ オレンジ	鶏とトマトのお粥 大根の煮物	鶏とトマトのごはん 大根の煮物	鶏むね肉 トマト 大根
28	月	粥 じゃがいも 白菜のスープ	ささみのあんかけ粥 じゃがいものみそ煮 わかめのスープ	ささみのあんかけ粥 じゃがいものみそ煮 わかめのスープ	ささみのあんかけごはん じゃがいものみそ煮 わかめのスープ	ささみ 人参 白菜 じゃがいも わかめ	チーズパン粥 ほうれんそう・かぶのグラッセ	チーズサンド ほうれんそう・かぶのグラッセ	食パン チーズ ほうれんそう かぶ バター
29	火	粥 人参 大根のスープ	パン粥 鶏と野菜のスープ煮 トマト	パン粥 肉団子と野菜のスープ煮 トマト	食パン 肉団子と野菜のスープ トマト	食パン 鶏胸肉 玉葱 片栗粉 大根 人参 トマト	野菜リゾット ブロッコリーとしらすの和え物	野菜ピラフ ブロッコリーとしらすの和え物	人参 玉葱 きゃべつ ブロッコリー しらす(完 のり)
30	水	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 白菜お浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	粥 豆腐ボール 白菜お浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	軟飯 豆腐ボール 白菜お浸し 麩とほうれんそうの味噌汁	豆腐 人参(後・完・パン粉) 白菜 麩 ほうれんそう	たらのあんかけ粥 かぼちゃの煮物	たらのあんかけごはん かぼちゃの煮物	たら 人参 玉葱 かぼちゃ

移行食の午前食は乳児食と同じです。