

令和4年

6月の離乳食予定献立表

沼間愛児園

日	曜	午前食				午後食		主な材料	
		初期	中期	後期	完了	主な材料 午前食	中期・後期 完了・移行期		
1	水	粥 白身魚 きゃべつのスープ	パン粥 魚の野菜蒸し ブロッコリー きゃべつの味噌汁	パン粥 魚の野菜蒸し ブロッコリー きゃべつの味噌汁	食パン 魚の野菜蒸し ブロッコリー きゃべつの味噌汁	食パン カレイ 人参 玉葱 ブロッコリー きゃべつ	トマトリゾット 大根の煮物	トマトピラフ 大根の煮物	トマト 玉葱 (完ケチャップ) 大根
2	木	粥 じゃがいも 人参スープ	ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみのあんかけ粥 じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみのあんかけごはん じゃがいもの煮物 玉葱の味噌汁	ささみ 人参 小松菜 じゃがいも 玉葱	たらと野菜のお粥 白菜と人参のお浸し	たらの炊き込みごはん 白菜と人参ののりあえ	たら いんげん 白菜 人参 (完のり)
3	金	粥 豆腐 大根のスープ	粥 豆腐のそぼろあんかけ トマト 大根の味噌汁	粥 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ トマト 大根の味噌汁	軟飯 豆腐と鶏の和風煮込みハンバーグ トマト 大根の味噌汁	豆腐 鶏胸肉 (後・完パン粉) トマト 大根	かぼちゃパン粥 ほうれんそう・かぶ	かぼちゃサンド ほうれんそうソテー・かぶ	食パン かぼちゃ ほうれんそう かぶ
4	土	粥 人参 白菜のスープ	ささみのおじや 白菜の味噌汁	ささみのおじや 白菜の味噌汁	ささみのおじや 白菜の味噌汁	ささみ 玉葱 人参 白菜	かぶのあんかけ粥 ブロッコリー味噌煮	かぶあんかけごはん ブロッコリー味噌煮	かぶ 玉葱 人参 ブロッコリー
6	月	粥 人参 大根のスープ	粥 煮魚 人参と大根の煮物 わかめの味噌汁	粥 煮魚 人参と大根の煮物 わかめの味噌汁	軟飯 煮魚 人参と大根の煮物 わかめの味噌汁	カレイ 人参 大根 わかめ	チーズパン粥 じゃがいも・ほうれんそう	チーズサンド じゃがいもとほうれんそうのソテー	食パン チーズ じゃがいも ほうれんそう (完 ケチャップ)
7	火	粥 かぶ 白菜のスープ	粥 トマトのそぼろ煮 ブロッコリー かぶの味噌汁	粥 肉団子のトマト煮 ブロッコリー かぶの味噌汁	軟飯 肉団子のトマト煮 ブロッコリー かぶの味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 トマト (後・完ケチャップ) ブロッコリー かぶ	人参粥 白菜お浸し・かぼちゃの煮物	人参ごはん 白菜お浸し・かぼちゃの煮物	人参 白菜 かぼちゃ
8	水	粥 じゃがいも きゃべつのスープ	ささみと人参のお粥 じゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみと人参のお粥 じゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみの炊きこみごはん じゃがいもの煮物 きゃべつの味噌汁	ささみ 人参 じゃがいも きゃべつ	きなこ粥 大根の煮物・トマト	きなこおはぎ 大根きんぴら・トマト	きなこ 大根 トマト
9	木	粥 豆腐 かぼちゃのスープ	マーボー粥 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	マーボー粥 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	マーボー丼 かぼちゃの煮物 白菜の味噌汁	豆腐 鶏胸肉 玉葱 かぼちゃ 白菜	しらす粥 きゃべつお浸し・ブロッコリー	しらすごはん きゃべつとブロッコリーおほかあえ	しらす きゃべつ ブロッコリー (完 かつお節)
10	金	粥 じゃがいも 人参のスープ	野菜うどん じゃがいも トマト	野菜うどん 粉ふきいも トマト	野菜うどん 粉ふきいも トマト	うどん 人参 玉葱 きゃべつ じゃがいも トマト	野菜おじや ささみみぞれあえ	野菜おやき ささみみぞれあえ	人参 いんげん ささみ かぶ
11	土	粥 きゃべつ	鶏と野菜のあんかけ粥 玉葱とわかめ味噌汁	鶏と野菜のあんかけ粥 玉葱とわかめ味噌汁	鶏と野菜のあんかけごはん 玉葱とわかめ味噌汁	鶏胸肉 人参 かぶ 玉葱 わかめ	かぼちゃ粥 きゃべつしらすあえ	かぼちゃごはん きゃべつしらすあえ	かぼちゃ きゃべつ しらす
13	月	粥 じゃがいも 白菜のスープ	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 白菜の味噌汁	粥 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 白菜の味噌汁	軟飯 じゃがいもそぼろあんかけ 人参甘煮 白菜の味噌汁	鶏胸肉 玉葱 じゃがいも 人参 白菜の味噌汁	りんごパン粥 ほうれんそうとトマトのサラダ	りんごサンド ほうれんそうとトマトのサラダ	食パン りんご ほうれんそう トマト
14	火	粥 かぼちゃ ほうれんそうのスープ	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	粥 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	軟飯 魚の味噌煮 かぼちゃの煮物 玉葱とほうれんそうの味噌汁	カレイ かぼちゃ 玉葱 ほうれんそう	野菜リゾット 大根の味噌煮	野菜ピラフ 大根の味噌煮	人参 玉葱 きゃべつ 大根
15	水	粥 人参 きゃべつのスープ	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 トマト	パン粥 ささみと野菜のスープ煮 トマト	食パン ささみと野菜のスープ トマト	食パン ささみ 人参 きゃべつ トマト	豆腐あんかけ粥 じゃがいもの煮物	豆腐あんかけ丼 じゃがいもの煮物	豆腐 チンゲンサイ じゃがいも
16	木	粥 大根 ほうれんそうのスープ	そぼろあんかけうどん 大根の煮物 果物	そぼろあんかけうどん 大根の煮物 果物	そぼろあんかけうどん 大根の煮物 果物	うどん 鶏胸肉 玉葱 ほうれんそう 大根 オレンジ	たらといんげんの味噌粥 白菜と人参の煮浸し	たらの炊き込み味噌ごはん 白菜と人参の煮浸し	たら いんげん 白菜 人参
17	金	粥 かぼちゃ かぶのスープ	二色粥 ブロッコリー 具たくさん汁	二色粥 ブロッコリー 具たくさん汁	二色ごはん ブロッコリー 具たくさん汁	しらす 人参 ブロッコリー かぼちゃ 玉葱 かぶ	わかめと野菜のおじや きゃべつお浸し・トマト	わかめと野菜のおじや きゃべつお浸し・トマト	わかめ 玉葱 人参 きゃべつ トマト
18	土	粥 豆腐 大根のスープ	粥 豆腐と野菜の煮物 玉葱の味噌汁	粥 豆腐と野菜の煮物 玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐と野菜の煮物 玉葱の味噌汁	豆腐 人参 大根 玉葱	ささみと人参のお粥 じゃがいも	ささみの炊き込みごはん 粉ふきいも	ささみ 人参 じゃがいも
20	月	粥 じゃがいも 人参のスープ	そぼろ粥 じゃがいもと人参の煮物 かぶの味噌汁	粥 鶏団子の甘辛煮 じゃがいもと人参の煮物 かぶの味噌汁	軟飯 鶏団子の甘辛煮 じゃがいもと人参の煮物 かぶの味噌汁	鶏胸肉 片栗粉 玉葱 じゃがいも 人参 かぶ	甘辛しらす粥 ブロッコリーと白菜のみそあえ	甘辛しらすごはん ブロッコリーと白菜のみそあえ	しらす ブロッコリー きゃべつ
21	火	粥 かぼちゃ 小松菜のスープ	ささみとトマトのみそうどん かぼちゃの煮物 小松菜の煮浸し	ささみとトマトのみそうどん かぼちゃの煮物 小松菜の煮浸し	ささみとトマトのみそうどん かぼちゃの煮物 小松菜の煮浸し	うどん ささみ トマト かぼちゃ 小松菜	玉葱と人参のみそおじや きゃべつのお浸し	五平もち きゃべつと人参のお浸し	玉葱 (中期・後期) 白菜 人参
22	水	粥 白身魚 きゃべつのスープ	粥 魚の味噌野菜蒸し ブロッコリー きゃべつのスープ	粥 魚の味噌野菜蒸し ブロッコリー きゃべつのスープ	軟飯 魚の味噌野菜蒸し ブロッコリー きゃべつのスープ	カレイ 人参 玉葱 ブロッコリー きゃべつ	さつまいも粥 ほうれんそうのりあえ	さつまいもごはん ほうれんそうのりあえ	さつまいも ほうれんそう 人参 (完 のり)
23	木	粥 じゃがいも 白菜のスープ	パン粥 じゃがいものそぼろあんかけ トマト 人参と白菜のスープ	パン粥 焼きポテト トマト 人参と白菜のスープ	食パン 焼きポテト トマト 人参と白菜のスープ	食パン 鶏胸肉 玉葱 じゃがいも トマト 人参 白菜	豆腐と野菜のあんかけごはん 大根の煮物	豆腐と野菜のあんかけごはん 大根の煮物	豆腐 人参 チンゲンサイ 大根
24	金	粥 大根 人参のスープ	そぼろ粥 大根と人参の煮物 玉葱とわかめのスープ	そぼろ粥 大根と人参の煮物 玉葱とわかめのスープ	そぼろごはん 大根と人参の煮物 玉葱とわかめのスープ	鶏胸肉 ほうれんそう 大根 人参 玉葱 わかめ	みそうどん かぼちゃの煮物	みそうどん かぼちゃの煮物	うどん 人参 玉葱 かぶ かぼちゃ
25	土	粥 豆腐 白菜のスープ	ささみとトマトのお粥 大根の煮物 白菜の味噌汁	ささみとトマトのお粥 大根の煮物 白菜の味噌汁	ささみとトマトごはん 大根の煮物 白菜の味噌汁	ささみ トマト 大根 白菜の味噌汁	豆腐あんかけ粥 じゃがいもの煮物	豆腐丼 じゃがいもの煮物	豆腐 ほうれんそう じゃがいも
27	月	粥 かぼちゃ 白菜のスープ	鶏と野菜のお粥 かぼちゃの煮物 玉葱の味噌汁	鶏と野菜のお粥 かぼちゃの煮物 玉葱の味噌汁	赤ちゃんビビンバ かぼちゃの煮物 玉葱の味噌汁	鶏胸肉 人参 白菜 かぼちゃ 玉葱	わかめおじや 大根の味噌煮・ほうれん草お浸し	わかめごはん 大根の味噌煮・ほうれん草お浸し	わかめ 人参 大根 ほうれんそう
28	火	粥 人参 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	しらすおじや ブロッコリー・人参	しらすおやき ブロッコリーおほかあえ・人参甘煮	しらす ブロッコリー (完 かつお節) 人参
29	水	粥 豆腐 ほうれんそうのスープ	粥 豆腐の野菜ソースかけ 白菜とほうれんそうのお浸し 麩と玉葱の味噌汁	粥 豆腐ボール 白菜とほうれんそうのお浸し 麩と玉葱の味噌汁	軟飯 豆腐ボール 白菜とほうれんそうのお浸し 麩と玉葱の味噌汁	豆腐 人参 (後・完・パン粉) 白菜 ほうれんそう 麩 玉葱	鶏とトマトのお粥 じゃがいもの甘みそかけ	鶏とトマトのごはん じゃがいもの甘みそかけ	鶏胸肉 トマト 玉葱 じゃがいも
30	木	粥 大根 人参のスープ	ささみときゃべつのうどん 大根と人参の味噌煮 ブロッコリー	ささみときゃべつのうどん 大根と人参の味噌煮 ブロッコリー	ささみときゃべつのうどん 大根と人参の味噌煮 ブロッコリー	うどん ささみ きゃべつ 大根 人参 ブロッコリー	たらと野菜のあんかけ粥 かぼちゃの煮物	たらと野菜のあんかけごはん かぼちゃの煮物	たら 人参 白菜 かぼちゃ

移行食の午前食は乳児食と同じです。