

# 献立表

2022年6月

日付	初期	中期/後期	中期/後期
	午前食	午前食	午後食
1 (水)	粥 にんじんのスープ ペースト(豆腐・さつまいも)	粥 にんじんのスープ(にんじん・昆布だし・醤油) そぼろ煮(鶏ひき肉/豚ひき肉・たまねぎ・片栗粉・味噌) ゆで野菜(さつまいも)	カレイの粥/蒸しパン(米粉・ベーキングパウダー・砂糖・油・豆乳) スープ(たまねぎ・粉ミルク・味噌) 白和え(きゅうり・にんじん・豆腐・醤油)
2 (木)	粥 たまねぎのスープ ペースト(キャベツ・じゃがいも)	パン粥/食パン たまねぎのスープ(昆布だし・醤油) トマト煮(鶏ささみ・たまねぎ・にんじん・アスパラ・トマト・醤油)/鶏もも肉 ゆで野菜(きゅうり)	しらすとじゃがいもの粥/ポテトおやき(じゃがいも・片栗粉・しらす・油) キャベツのみそ汁(キャベツ・昆布だし・味噌)
3 (金)	粥 さつまいものスープ ペースト(カレイ・にんじん)	粥/軟飯 さつまいものみそ汁(さつまいも・昆布だし・味噌) カレイの蒸し煮 ゆで野菜(にんじん)	納豆粥/納豆軟飯 たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) ゆで野菜(さつまいも)
4 (土)	粥 たまねぎのスープ ペースト(豆腐・ほうれんそう)	うどん(うどん・鶏ささみ・たまねぎ・ほうれんそう・昆布だし・しょうゆ) ゆで野菜(じゃがいも)	鮭とほうれんそうの粥/鮭とほうれんそうの軟飯 にんじんのみそ汁(にんじん・昆布だし・味噌)
6 (月)	粥 にんじんのスープ ペースト(ブロッコリー・しらす)	粥/軟飯 にんじんのスープ(昆布だし・醤油) 鶏の蒸し煮(鶏ささみ/鶏もも) ゆで野菜(ブロッコリー)	うどん(しらす・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・昆布だし・味噌) ゆで野菜(きゅうり)
7 (火)	粥 ほうれんそうのスープ ペースト(にんじん・じゃがいも)	粥/軟飯 ほうれんそうのスープ(ほうれんそう・昆布だし・醤油) 豆腐の野菜あんかけ(豆腐・たまねぎ・にんじん・醤油・片栗粉) ゆで野菜(じゃがいも)	カレイとキャベツの粥/カレイとキャベツの軟飯 たまねぎときゅうりの和え物(たまねぎ・きゅうり・醤油)
8 (水)	粥 たまねぎのスープ ペースト(タラ・キャベツ)	パン粥/食パン たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) タラの豆乳みそ煮(タラ・豆乳・味噌) ゆで野菜(きゅうり)	粥/軟飯 にんじんのみそ汁(にんじん・昆布だし・味噌) キャベツとささみのうま煮(キャベツ・鶏ささみ・昆布だし・醤油)
9 (木)	粥 こまつなのスープ ペースト(豆腐・にんじん)	粥/軟飯 こまつなのみそ汁(こまつな・昆布だし・味噌) そぼろ煮/つくね(鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・醤油・片栗粉) ゆで野菜(キャベツ) 後期 オレンジ	しらすとこまつなの粥/しらすとこまつなの軟飯 にんじんとたまねぎのスープ(にんじん・たまねぎ・昆布だし・醤油)
10 (金)	粥 豆腐のスープ ペースト(かぼちゃ・キャベツ)	うどん(うどん・鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・なす・昆布だし・醤油・片栗粉) トマトときゅうり(トマト・きゅうり)	かぼちゃと豆腐の粥/かぼちゃと豆腐のおやき(かぼちゃ・豆腐・片栗粉) キャベツのみそ汁(キャベツ・昆布だし・味噌)
11 (土)	粥 たまねぎのスープ ペースト(しらす・こまつな)	粥/軟飯 たまねぎとこまつなのみそ汁(昆布だし・味噌) しらす和え(しらす・キャベツ・にんじん・醤油)	うどん(うどん・鶏ささみ・たまねぎ・ほうれん草・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり)
13 (月)	粥 にんじんのスープ ペースト(カレイ・ブロッコリー)	粥/軟飯 お麩のみそ汁(麩・昆布だし・味噌) 肉豆腐(鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり) 後期 オレンジ	しらすとブロッコリーの粥/しらすとブロッコリーの軟飯 たまねぎの豆乳味噌スープ(たまねぎ・豆乳・味噌)
14 (火)	粥 キャベツのスープ ペースト(じゃがいも・にんじん)	粥/軟飯 キャベツのスープ(キャベツの昆布だし・醤油) 鮭の蒸し煮 ポテトサラダ(じゃがいも・にんじん・きゅうり)	そぼろ粥(鶏ひき肉)/そぼろ軟飯(豚ひき肉) たまねぎのみそ汁(たまねぎ・昆布だし・味噌) ゆで野菜(にんじん)
15 (水)	粥 豆腐のスープ ペースト(トマト・たまねぎ)	うどん(うどん・鶏ささみ・キャベツ・たまねぎ・にんじん・昆布だし・醤油) ゆで野菜(トマト) バナナ	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) カレイと野菜のうま煮(カレイ・キャベツ・にんじん・昆布だし・醤油・片栗粉)
16 (木)	粥 たまねぎのスープ ペースト(だいこん・キャベツ)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) 鶏の野菜あんかけ(鶏ささみ/鶏もも・たまねぎ・にんじん・醤油・片栗粉) ゆで野菜(だいこん)	粥/軟飯 キャベツのみそ汁(キャベツ・昆布だし・味噌) 納豆和え(ひきわり納豆・きゅうり・にんじん・醤油)
17 (金)	粥 にんじんのスープ ペースト(しらす・じゃがいも)	粥/軟飯 にんじんのスープ(にんじん・昆布だし・醤油) じゃがいものそぼろ煮(鶏ひき肉/豚ひき肉・じゃがいも・醤油・片栗粉) ゆで野菜(キャベツ)	鮭粥/鮭軟飯 玉ねぎとキャベツのみそ汁(昆布だし・味噌) バナナ
18 (土)	粥 かぼちゃのスープ ペースト(豆腐・たまねぎ)	うどん(うどん・鶏ひき肉・キャベツ・にんじん・たまねぎ・昆布だし・味噌) かぼちゃとさつまいも和え	カレイとたまねぎの粥/カレイとたまねぎの軟飯 お麩のみそ汁(麩・昆布だし・味噌)
20 (月)	粥 たまねぎのスープ ペースト(ブロッコリー・にんじん)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) トマト煮(鶏ささみ・トマト・たまねぎ・にんじん・醤油) ゆで野菜(ブロッコリー)	しらすとにんじんの粥/しらすとにんじんの軟飯 きゅうりのスープ(きゅうり・昆布だし・醤油)
21 (火)	粥 だいこんのスープ ペースト(カレイ・ほうれんそう)	粥/軟飯 だいこんのみそ汁(大根・昆布だし・味噌) カレイの蒸し煮/カジキの蒸し煮 ほうれんそうとにんじん和え 後期 オレンジ	うどん(うどん・鶏ささみ・高野豆腐・にんじん・たまねぎ・昆布だし・醤油) ゆで野菜(だいこん)
22 (水)	粥 にんじんのスープ ペースト(しらす・たまねぎ)	粥/軟飯 にんじんのスープ ささみ蒸し/鶏もも蒸し ゆで野菜(きゅうり)	鮭粥/鮭軟飯 たまねぎとじゃがいものみそ汁 バナナヨーグルト(プレーンヨーグルト・バナナ)
23 (木)	粥 豆腐のスープ ペースト(さつまいも・キャベツ)	粥/軟飯 豆腐のみそ汁(豆腐・昆布だし・味噌) 野菜のそぼろ煮(鶏ひき肉・たまねぎ・にんじん・キャベツ・醤油・片栗粉) ゆで野菜(さつまいも)	パン粥/食パン カレイのミルク煮(カレイ・玉ねぎ・粉ミルク・味噌) ゆで野菜(にんじん)
24 (金)	粥 こまつなのスープ ペースト(じゃがいも・たまねぎ)	うどん(うどん・鶏ささみ・たまねぎ・にんじん・こまつな・昆布だし・醤油) ゆで野菜(きゅうり) バナナ	しらすとじゃがいもの粥/おやき(じゃがいも・豚ひき肉・片栗粉・油) にんじんのみそ汁(にんじん・昆布だし・味噌)
25 (土)	粥 豆腐のスープ ペースト(なす・キャベツ)	粥/軟飯 豆腐となすのみそ汁(昆布だし・味噌) しらす和え(キャベツ・にんじん・アスパラガス・しらす)	※ベビーフードでの対応をさせていただきます。
27 (月)	粥 たまねぎのスープ ペースト(トマト・ブロッコリー)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) ひき肉とトマトのうま煮(鶏ひき肉/豚ひき肉・たまねぎ・トマト・昆布だし・味噌) ゆで野菜(きゅうり)	粥/軟飯 にんじんのみそ汁(にんじん・昆布だし・味噌) 鮭とブロッコリー和え(鮭・ブロッコリー・醤油)
28 (火)	粥 だいこんのスープ ペースト(しらす・かぼちゃ)	粥/軟飯 だいこんのみそ汁(だいこん・昆布だし・味噌) ささみとたまねぎのうま煮(鶏ささみ・たまねぎ・昆布だし・醤油) ゆで野菜(かぼちゃ)	マカロニきなこ(マカロニ・きなこ) ミルクスープ(たまねぎ・にんじん・豆腐・粉ミルク・味噌)
29 (水)	粥 たまねぎのスープ ペースト(だいこん・にんじん)	粥/軟飯 たまねぎのスープ(たまねぎ・昆布だし・醤油) そぼろ煮(鶏ひき肉・豆腐・たまねぎ・にんじん・醤油・片栗粉) ゆで野菜(きゅうり)	しらす粥/蒸しパン(ホットケーキ粉・豆乳・油) 豆乳スープ(じゃがいも・にんじん・たまねぎ・豆乳・味噌) バナナ
30 (木)	粥 じゃがいものスープ ペースト(カレイ・ほうれんそう)	うどん(うどん・鶏ささみ・たまねぎ・ほうれんそう・にんじん) トマトとキャベツ和え バナナ	納豆とほうれんそうの粥/納豆とほうれんそうの軟飯 じゃがいもとたまねぎのみそ汁(昆布だし・味噌)