

献立表

2023年6月

日付	初期 午前食	中期/後期 午前食	中期/後期 午後食
1 (木)	粥 たまねぎのスープ ペースト (にんじん・じゃがいも)	粥/軟飯 お麩のみそ汁 (麩・昆布だし・味噌) 肉じゃが (鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・じゃがいも・昆布だし・醤油)	うどん (うどん・豆腐・玉ねぎ・にんじん・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (トマト)
2 (金)	粥 だいこんのスープ ペースト (豆腐・だいこん)	粥/軟飯 だいこんのみそ汁 (だいこん・昆布だし・味噌) 鮭の蒸し煮 ゆで野菜 (にんじん) バナナ	粥/軟飯 だいこんのみそ汁 (だいこん・昆布だし・味噌) じゃがいものしらす和え (じゃがいも・にんじん・しらす)
3 (土)	粥 たまねぎのスープ ペースト (ブロッコリー・にんじん)	うどん (うどん・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (ブロッコリー)	カレイとキャベツの粥/カレイとキャベツの軟飯 (米・カレイ・キャベツ・昆布だし) にんじんのスープ (にんじん・昆布だし・醤油)
5 (月)	粥 キャベツのスープ ペースト (さつまいも・こまつな)	粥/軟飯 さつまいものみそ汁 (さつまいも・昆布だし・味噌) そぼろ煮 (鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・キャベツ・昆布だし・醤油・片栗粉) 後期 オレンジ	しらすとにんじんの粥/しらすとにんじんの軟飯 (米・しらす・人参・昆布だし・) こまつなスープ (小松菜・昆布だし・醤油)
6 (火)	粥 たまねぎのスープ ペースト (にんじん・かぼちゃ)	粥/軟飯 たまねぎのみそ汁 (玉ねぎ・昆布だし・味噌) 鶏とかぼちゃのうま煮 (鶏ささみ/鶏もも・かぼちゃ・昆布だし・醤油・片栗粉)	鮭粥/鮭軟飯 (米・昆布だし・鮭) にんじんのスープ (人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (きゅうり)
7 (水)	粥 にんじんのスープ ペースト (豆腐・キャベツ)	粥/軟飯 きゅうりのスープ (キャベツ・昆布だし・醤油) ひき肉と豆腐のとりみ煮 (鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油・片栗粉)	納豆粥/納豆軟飯 (米・昆布だし・ひきわり納豆) たまねぎとキャベツのみそ汁 (玉ねぎ・キャベツ・昆布だし・味噌) バナナ
8 (木)	粥 じゃがいものスープ ペースト (カレイ・にんじん)	粥/軟飯 にんじんのスープ (にんじん・昆布だし・醤油) カレイ/カジキの豆乳みそ煮 (カレイ/カジキ・無調製豆乳・味噌) ゆで野菜 (きゅうり)	ささみとキャベツの粥/ささみとキャベツの軟飯 (米・鶏ささみ・キャベツ・昆布だし) じゃがいものみそ汁 (じゃがいも・昆布だし・味噌)
9 (金)	粥 豆腐のスープ ペースト (トマト・キャベツ)	粥/軟飯 あんかけうどん (うどん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・なす・昆布だし・味噌・片栗粉) トマトときゅうり和え (トマト・きゅうり)	しらす粥/しらす軟飯 (米・昆布だし・しらす) 豆腐とキャベツのスープ (豆腐・キャベツ・昆布だし・醤油) バナナ
10 (土)	粥 たまねぎのスープ ペースト (しらす・にんじん)	粥/軟飯 お麩のみそ汁 (麩・昆布だし・味噌) ささみと野菜のうま煮 (鶏ささみ・玉ねぎ・人参・キャベツ・昆布だし・醤油・片栗粉)	うどん (うどん・豆腐・玉ねぎ・人参・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (じゃがいも)
12 (月)	粥 にんじんのスープ ペースト (ブロッコリー・たまねぎ)	粥/軟飯 キャベツのスープ (キャベツ・昆布だし・醤油) ひき肉と大豆のトマト煮 (鶏ひき肉・大豆・玉ねぎ・人参・トマト・昆布だし・醤油)	粥/軟飯 たまねぎのスープ (玉ねぎ・昆布だし・醤油) 鮭とブロッコリーの豆乳みそ煮 (鮭・ブロッコリー・豆乳・味噌)
13 (火)	粥 キャベツのスープ ペースト (しらす・にんじん)	粥/軟飯 なすのみそ汁 (なす・昆布だし・味噌) そぼろ煮/ハンバーグ (鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・醤油・昆布だし・片栗粉) ゆで野菜 (きゅうり)	粥/軟飯 にんじんのスープ (にんじん・昆布だし・醤油) 納豆しらす和え (ひきわり納豆・しらす・キャベツ)
14 (水)	粥 豆腐のスープ ペースト (キャベツ・じゃがいも)	うどん (うどん・鶏ひき肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (じゃがいも) バナナ	粥/軟飯 たまねぎのみそ汁 (玉ねぎ・昆布だし・味噌) 豆腐とキャベツのとりみ煮 (豆腐・キャベツ・昆布だし・醤油・片栗粉)
15 (木)	粥 にんじんのスープ ペースト (カレイ・さつまいも)	粥/軟飯 にんじんのスープ (にんじん・昆布だし・醤油) カレイのみそ煮 (カレイ・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (さつまいも) 後期 オレンジ	うどん (うどん・鶏ささみ・キャベツ・人参・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (きゅうり)
16 (金)	粥 こまつなスープ ペースト (ブロッコリー・じゃがいも)	粥/軟飯 こまつなスープ (小松菜・昆布だし・醤油) 豚ひき肉と野菜のうま煮 (鶏ささみ/鶏もも・玉ねぎ・人参・じゃがいも・ブロッコリー・豆腐・昆布だし・味噌・片栗粉)	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 (米・しらす・ブロッコリー) たまねぎのみそ汁 (玉ねぎ・昆布だし・味噌)
17 (土)	粥 豆腐のスープ ペースト (じゃがいも・にんじん)	粥/軟飯 キャベツのみそ汁 (キャベツ・昆布だし・味噌) じゃがいものそぼろ煮 (じゃがいも・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油・片栗粉)	うどん (うどん・豆腐・玉ねぎ・人参・キャベツ・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (きゅうり)
19 (月)	粥 たまねぎのスープ ペースト (キャベツ・にんじん)	粥/軟飯 ミルクスープ (玉ねぎ・粉ミルク・昆布だし・味噌) 鶏の蒸し煮 (鶏ささみ/鶏もも) ゆで野菜 (にんじん)	しらすとキャベツの粥/しらすとキャベツの軟飯 (米・しらす・キャベツ・昆布だし) たまねぎのみそ汁 (たまねぎ・昆布だし・味噌)
20 (火)	粥 にんじんのスープ ペースト (しらす・だいこん)	粥/軟飯 だいこんのスープ (だいこん・昆布だし・醤油) カレイの野菜あんかけ (カレイ・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油・片栗粉) 後期 オレンジ	うどん (うどん・鶏ひき肉・大根・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (きゅうり)
21 (水)	粥 じゃがいものスープ ペースト (キャベツ・にんじん)	うどん (うどん・鶏ささみ・玉ねぎ・人参・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (じゃがいも) バナナ	納豆粥/納豆軟飯 (米・ひきわり納豆) たまねぎとキャベツのみそ汁 (玉ねぎ・キャベツ・昆布だし・味噌)
22 (木)	粥 キャベツのスープ ペースト (ブロッコリー・たまねぎ)	粥/軟飯 キャベツのスープ (キャベツ・昆布だし・醤油) ひき肉と野菜のとりみ煮 (鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・昆布だし・味噌・片栗粉)	きなこパン粥/きなこパン (雑パン・きな粉・砂糖・豆乳) ブロッコリーと玉ねぎのスープ (ブロッコリー・玉ねぎ・昆布だし・醤油)
23 (金)	粥 こまつなスープ ペースト (豆腐・キャベツ)	粥/軟飯 こまつなスープ (小松菜・昆布だし・醤油) 鶏肉と野菜のうま煮 (鶏ささみ/鶏もも・玉ねぎ・キャベツ・人参・昆布だし・味噌・片栗粉)	カレイとにんじんの粥/カレイとにんじんの軟飯 (米・カレイ・人参・昆布だし) キャベツのみそ汁 (キャベツ・昆布だし・味噌)
24 (土)	粥 にんじんのスープ ペースト (こまつな・じゃがいも)	うどん (うどん・鶏ささみ・キャベツ・玉ねぎ・人参・小松菜・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (じゃがいも) 後期 オレンジ	※ベビーフードでの対応をさせていただきます。
26 (月)	粥 たまねぎのスープ ペースト (かぼちゃ・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) かぼちゃのそぼろ煮 (かぼちゃ・鶏ひき肉・玉ねぎ・昆布だし・醤油・片栗粉) ゆで野菜 (きゅうり)	しらすとキャベツの粥/しらすとキャベツの軟飯 (米・しらす・キャベツ・昆布だし) にんじんのみそ汁 (人参・昆布だし・味噌)
27 (火)	粥 こまつなスープ ペースト (しらす・にんじん)	うどん (うどん・鶏ささみ・小松菜・人参・昆布だし・味噌) ゆで野菜 (きゅうり) バナナ	鮭粥/鮭軟飯 (米・鮭) こまつなとお麩のみそ汁 (小松菜・麩・昆布だし・味噌)
28 (水)	粥 にんじんのスープ ペースト (豆腐・だいこん)	粥/軟飯 豆腐のスープ (豆腐・昆布だし・醤油) 鶏と野菜のトマト煮 (鶏ささみ/鶏もも・玉ねぎ・人参・トマト・昆布だし・醤油) ゆで野菜 (だいこん)	カレイとだいこんの粥/カレイとだいこんの軟飯 (米・カレイ・大根・昆布だし) たまねぎのみそ汁 (たまねぎ・昆布だし・味噌) バナナ
29 (木)	粥 こまつなスープ ペースト (ブロッコリー・にんじん)	粥/軟飯 こまつなのみそ汁 (小松菜・昆布だし・味噌) ささみの蒸し煮 (鶏ささみ) ゆで野菜 (にんじん)	粥/軟飯 にんじんのスープ (人参・昆布だし・醤油) ブロッコリーのしらす和え (ブロッコリー・しらす)
30 (金)	粥 たまねぎのスープ ペースト (トマト・さつまいも)	粥/軟飯 さつまいものみそ汁 (さつまいも・昆布だし・味噌) そぼろ煮 (鶏ひき肉/豚ひき肉・玉ねぎ・人参・小松菜・昆布だし・醤油・片栗粉) ゆで野菜 (トマト)	納豆粥/納豆軟飯 (米・ひきわり納豆) たまねぎとキャベツのスープ (キャベツ・玉ねぎ・昆布だし・醤油)