

# 2021年度6月離乳食予定献立表

戸塚愛児園

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
01火	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のみぞれかけ 人参サラダ 小松菜と玉ねぎの味噌汁 バナナパン粥	軟飯 鶏肉のみぞれかけ 人参サラダ 小松菜と玉ねぎの味噌汁 りんご シュガートースト オニオンスープ	ごはん 鶏肉のオニオンドレッシング 人参サラダ 小松菜と玉ねぎの味噌汁 りんご シュガートースト オニオンスープ	青のりごはん
02水	つぶし粥 豆腐のペースト じゃが芋のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ じゃが芋の煮物 わかめの味噌汁 しらすおじや	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ じゃが芋の煮物 わかめの味噌汁 しらすおにぎり 茹でキャベツ きのこの味噌汁	パンズパン そら豆の焼きコロッケ ごぼうのサラダ わかめとえのきのスープ しらすおにぎり 牛乳	バナナ
03木	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け 白菜と人参の和え物 根菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鰯の煮付け 白菜と人参の和え物 根菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でほうれん草 なすの味噌汁	ごはん 鰯の塩焼き 白菜と人参の甘酢和え けんちん汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	ひじきごはん
04金	つぶし粥 高野豆腐のペースト トマトのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のトマト煮 温野菜 もやしの味噌汁 にゅうめん	軟飯 鶏肉のトマト煮 温野菜 もやしの味噌汁 にゅうめん きゅうりスティック 高野豆腐の煮物	ごはん レバーのかりん揚げ 温野菜 もやしと万能ねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	おかかごはん
05土	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト かぶのペースト すまし汁	チャーハン風おじや キャベツの和え物 かぶのスープ さつま芋おじや	チャーハン風 キャベツの和え物 かぶのスープ さつま芋おじや	ツナチャーハン キャベツの胡麻ネーズ和え かぶのスープ さつま芋おじや 牛乳	
07月	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 チャンプル風 きゅうりとわかめの和え物 お麩の味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 チャンプル風 きゅうりとわかめの和え物 お麩の味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で人参 しめじの味噌汁	ごはん チャンプル きゅうりとわかめの酢の物 お麩とねぎの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	ツナマヨごはん
08火	うどん粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト 大根のペースト すまし汁	味噌煮込みうどん 三色サラダ なすの煮浸し 鶏そぼろおじや	味噌煮込みうどん キュービックサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏そぼろ軟飯 茹で白菜 もやしの味噌汁	ジャージャーうどん キュービックサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	ふかし芋
09水	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 鰯のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 キャベツの味噌汁 じゃがバター お麩の煮物 ほうれん草の味噌汁	ごはん 鰯の生姜焼き うの花炒り煮 キャベツの味噌汁 じゃがバター 牛乳	人参ごはん
10木	つぶし粥 高野豆腐のペースト 小松菜のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 小松菜のお浸し さつま芋の味噌汁 コーンクリームパン粥	軟飯 鶏肉の照り焼き 小松菜のお浸し さつま芋の味噌汁 コーンクリームサンド 茹でブロッコリー わかめスープ	ごはん 豚肉の梅肉焼き 小松菜の納豆和え さつま芋とねぎの味噌汁 オレンジ コーンクリームサンド 牛乳	青のりごはん
11金	つぶし粥 鰯のペースト 白菜のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 もやしと人参の和え物 白菜の味噌汁 マッシュパンキン(あんかけ)	軟飯 鰯の磯辺煮 もやしと人参の和え物 白菜の味噌汁 スイートパンキン トマト 春雨スープ	ごはん キスフライ もやしと人参の塩昆布和え しめじと玉ねぎの味噌汁 スイートパンキン 牛乳	バナナ
12土	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト きゅうりのペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 大根サラダ 青梗菜のスープ 人参おじや 人参おじや	マーボー丼 大根サラダ 中華スープ 人参おじや 牛乳		
14月	つぶし粥 豆腐のペースト トマトのペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のお浸し 豆腐の味噌汁 さつま芋パン粥	軟飯 鶏肉のトマト煮 ほうれん草と人参のお浸し 豆腐の味噌汁 さつま芋トースト 大根スティック きのこのスープ	ごはん 松風焼き ほうれん草と人参のお浸し なめこの味噌汁 さつま芋トースト 牛乳	塩昆布ごはん
15火	つぶし粥 鰯のペースト 人参のペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の煮付け ブロッコリーのサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん りんご 茹でかぼちゃ	ごはん 鰯の煮付け おからサラダ じゃが芋と玉ねぎの味噌汁 にゅうめん りんご 牛乳	青のりごはん

日付	初期(5~6ヶ月頃)	中期(7~8ヶ月頃)	後期(9~11ヶ月頃)	完了期(12~18ヶ月頃)	軽食(完了期)
16水	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 キャベツの磯和え お麩の味噌汁 マカロニきな粉	軟飯 鶏肉のコーンクリーム焼き キャベツの磯和え お麩の味噌汁 マカロニきな粉 かぶのくず煮 トマトのスープ	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き キャベツの磯和え お麩と油揚げの味噌汁 マカロニきな粉 牛乳	おかかごはん
17木	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ 源平煮 なすの味噌汁 野菜雑炊	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 源平煮 なすの味噌汁 野菜雑炊 茹で小松菜 バナナ	ごはん 擬製豆腐 切干大根のサラダ なすの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
18金	つぶし粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト すまし汁	全粥 肉じゃが ブロッコリーと人参のサラダ さつま芋のスープ 青のりおじや	軟飯 肉じゃが ブロッコリーと人参のサラダ さつま芋のスープ 青のりおにぎり きゅうりスティック 大根の味噌汁	キーマカレー ブロッコリーとツナのサラダ さつま芋のスープ 青のりおにぎり 牛乳	塩昆布ごはん
19土	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜のトロトロ煮 キャベツの浅漬け 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや	鶏肉と野菜のあんかけ丼 キャベツの浅漬け 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや	豚井 キャベツの浅漬け 豆腐と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
21月	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりと人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け きゅうりと人参の和え物 青梗菜の味噌汁 味噌煮込みうどん	軟飯 鰯の照り焼き きゅうりと人参の和え物 青梗菜の味噌汁 味噌煮込みうどん 粉吹き芋 お麩の煮物	ごはん 鰯の黄金焼き きゅうりと人参の昆布和え 青梗菜の味噌汁 味噌煮込みうどん 牛乳	ひじきごはん
22火	つぶし粥 お麩のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	ひじきおじや 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ なすの味噌汁 かぼちゃパン粥	ひじき軟飯 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ なすの味噌汁 かぼちゃサンド メロン 隠元のスープ	ごぎつねごはん 鶏の唐揚げ 春雨サラダ タヌキ汁 かぼちゃサンド メロン 牛乳	青のりごはん
23水	パン粥 豆腐のペースト グリーンサラダ キャベツのペースト すまし汁	パン粥 豆腐のトマトあんかけ グリーンサラダ わかめと玉ねぎのスープ 人参おじや	食パン 豆腐のトマトあんかけ グリーンサラダ わかめと玉ねぎのスープ 人参おにぎり 茹でさつま芋 小松菜の味噌汁	ロールパン チリコンカン グリーンサラダ わかめと玉ねぎのスープ 人参おにぎり 牛乳	バナナ
24木	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉と野菜の煮物 大根サラダ 白菜の味噌汁 混ぜおじや	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 大根サラダ 白菜の味噌汁 混ぜおじや 茹でほうれん草 お麩の味噌汁	ごはん 豆腐ハンバーグ 大根とツナのサラダ 白菜の味噌汁 混ぜ軟飯 牛乳	塩昆布ごはん
25金	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁 さつま芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ 高野豆腐の煮物 かぼちゃの味噌汁 さつま芋のお焼き 茹でキャベツ 豆腐の味噌汁	ごはん 鶏肉のレモンソテー ひじきの炒り煮 かぼちゃの味噌汁 さつま芋のお焼き 牛乳	おかかごはん
26土	つぶし粥 お麩のペースト じゃが芋のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 ハヤシチュー風 ブロッコリーのサラダ 春雨スープ 野菜おじや	ハヤシライス風 ブロッコリーのサラダ 春雨スープ 野菜おじや	カレーライス ブロッコリーのサラダ 春雨スープ 野菜おじや 牛乳	
28月	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 もやしときゅうりの和え物 人参のペースト スープマカロニ	軟飯 鰯の味噌煮 もやしときゅうりの和え物 わかめと玉ねぎのすまし汁 スープマカロニ じゃが芋スティック 茹で小松菜	ごはん 鰯の味噌煮 もやしときゅうりの和え物 わかめと玉ねぎのすまし汁 スープマカロニ 牛乳	バナナ
29火	つぶし粥 豆腐のペースト 大根のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 大根の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 人参パン粥	軟飯 鶏肉の照り煮 大根の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 人参トースト 茹でキャベツ コーンクリームスープ	ごはん 油淋鶏 大根の中華和え 豆腐とねぎの味噌汁 人参トースト 牛乳	塩昆布ごはん
30水	うどん粥 お麩のペースト ほうれん草のペースト かぼちゃのペースト すまし汁	煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 しらすわかめ軟飯 バナナ 白菜の味噌汁	煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 しらすわかめ軟飯 バナナ 白菜の味噌汁	親子うどん かぼちゃサラダ バナナ しらすわかめ軟飯 牛乳	人参ごはん