

# 2022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水	つぶし粥 お麩のペースト トマトのペースト じゃが芋のペースト 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 スイートパンプキン(あんかけ)	軟飯 鶏肉のトマト煮 温野菜 もやしの味噌汁 スイートパンプキン きゅうりスティック しめじのスープ	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 スイートパンプキン 牛乳	和風ツナご飯
02木	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け キャベツと人参の浅漬け 根菜の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鰯の照り焼き キャベツと人参の浅漬け 根菜の味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し 茹で小松菜	ごはん 鰯の塩焼き キャベツと人参の甘酢和え けんちん汁 野菜雑炊 牛乳	青のりご飯
03金	つぶし粥 高野豆腐のペースト きゅうりのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のチーズ煮 大根のサラダ 白菜の味噌汁 人参パン粥	軟飯 鶏肉のチーズ焼き 大根のサラダ 大根とかにかまのサラダ 白菜の味噌汁 人参トースト 茹でじゃが芋 隠元のスープ	ごはん 鶏肉のチーズ焼き 大根とかにかまのサラダ 白菜の味噌汁 人参トースト 牛乳	ふかし芋
04土	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏と玉ねぎのあんかけ煮 きゅうりと人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや	豚丼 きゅうりと人参の和え物 豆腐と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	豚丼 きゅうりと人参の昆布和え 豆腐と玉ねぎの味噌汁 さつま芋おじや 牛乳	
06月	つぶし粥 鰯のペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 にゅうめん	軟飯 鰯の煮付け キャベツの浅漬け さつま芋の味噌汁 にゅうめん りんご 茹でほうれん草	ごはん 鰯の煮付け キャベツの和え物 さつま芋とねぎの味噌汁 にゅうめん 牛乳	青のりご飯
07火	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト かぶのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参サラダ かぶの味噌汁 青のりおじや	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 人参サラダ かぶの味噌汁 青のりおにぎり お麩の煮物 きのこの味噌汁	キーマカレー 人参サラダ かぶのスープ バナナ 青のりおにぎり 牛乳	粉吹き芋
08水	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぼちゃのペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 マーボー春雨 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 マーボー春雨 茹でかぼちゃ 大根の味噌汁 さつま芋のミルク煮 バナナ 茹でキャベツ	ごはん マーボー春雨 かぼちゃの甘煮 なめこの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	ひじきご飯
09木	つぶし粥 お麩のペースト 小松菜のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 鶏肉の味噌煮 小松菜のお浸し なすと玉ねぎのすまし汁 りんごパン粥	軟飯 鶏肉の味噌照り焼き 小松菜のお浸し なすと玉ねぎのすまし汁 手作りりんごジャムサンド 茹でブロッコリー もやしのスープ	ごはん 鶏肉の梅味噌焼き 小松菜の納豆和え なすと玉ねぎのすまし汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	バナナ
10金	うどん粥 高野豆腐のペースト キャベツのペースト じゃが芋のペースト すまし汁	煮込みうどん(トマト味) ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 しらすわかめおじや	煮込みうどん(トマト味) ポテトサラダ 高野豆腐の煮物 しらすわかめご飯 かぶの煮物 青梗菜の味噌汁	マカロニイタリアン ポテトサラダ(そら豆) 青梗菜のスープ しらすわかめご飯 牛乳	おかかご飯
11土	つぶし粥 お麩のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	チャーハン風おじや 人参ときゅうりのサラダ オニオンスープ かぼちゃおじや	チャーハン風 キュービックスラダ オニオンスープ かぼちゃおじや 牛乳	チャーハン キュービックスラダ オニオンスープ かぼちゃおじや 牛乳	
13月	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉豆腐 切干大根のサラダ 小松菜の味噌汁 煮込みうどん	軟飯 肉豆腐 切干大根のサラダ 小松菜の味噌汁 煮込みうどん さつま芋スティック バナナ	ごはん 肉豆腐 切干大根のサラダ 小松菜の味噌汁 煮込みうどん 牛乳	コーンマヨご飯
14火	パン粥 お麩のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のりんごソースかけ ポパイサラダ わかめのスープ 混ぜおじや	食パン 鶏肉のりんごソースかけ ポパイサラダ わかめのスープ 混ぜ軟飯 茹でキャベツ えのきの味噌汁	ハイジパン 鶏肉のオニオンドレッシング ポパイサラダ わかめとえのきのスープ オレンジ 混ぜ軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
15水	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト 人参のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の磯辺煮 源平煮 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹で小松菜 もやしの味噌汁	軟飯 鰯の磯辺煮 源平煮 豆腐の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹で小松菜 もやしの味噌汁	ごはん キスフライ ひじきの炒り煮 豆腐とねぎの味噌汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	ふかし芋

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木	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐の野菜あんかけ キャベツの浅漬け お麩の味噌汁 マカロニイタリアン風	軟飯 豆腐の野菜あんかけ キャベツの浅漬け お麩の味噌汁 マカロニイタリアン風 茹で白菜 さつま芋のスープ	ごはん 松風焼き キャベツの浅漬け お麩と油揚げの味噌汁 マカロニイタリアン風 牛乳	おかかご飯
17金	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 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のコーンクリーム煮 なすの煮浸し じゃが芋の味噌汁 かぼちゃパン粥	軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 なすの煮浸し じゃが芋の味噌汁 かぼちゃトースト 茹で人参 ほうれん草のスープ	ごはん 鶏肉のコーンフレーク焼き きんぴらごぼう じゃが芋の味噌汁 かぼちゃトースト 牛乳	バナナ
18土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 人参のペースト かぶのペースト すまし汁	ピラフ風おじや 三色サラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや	ピラフ風 三色サラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや	カレーピラフ 三色サラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
20月	つぶし粥 鰯のペースト きゅうりのペースト 白菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鰯の煮付け きゅうりとわかめの和え物 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 茹でさつま芋 高野豆腐の煮物	軟飯 鰯の照り焼き きゅうりとわかめの和え物 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 茹でさつま芋 高野豆腐の煮物	ごはん 鰯の照り焼き きゅうりとわかめの酢の物 白菜の味噌汁 野菜雑炊(みそ味) 牛乳	青のりご飯
21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 すまし汁	ケチャップライス風おじや 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛にゅうめん	ケチャップライス風 鶏肉のホワイトソースかけ 春雨サラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛にゅうめん メロン 茹でブロッコリー	ケチャップライス ハンバーグ 春雨サラダ わかめと玉ねぎのスープ 鯛にゅうめん メロン 牛乳	粉吹き芋
22水	パン粥 鰯のペースト さつま芋のペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鰯のりんごソースかけ スイートポテトサラダ オニオンスープ 人参おじや	食パン 鰯のりんごソースかけ スイートポテトサラダ オニオンスープ 人参おじや 茹でかぼちゃ 豆腐の味噌汁	ハイジパン 鰯のりんごソースかけ スイートポテトサラダ 卵のスープ 人参おにぎり 牛乳	バナナ
23木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 玉ねぎのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 豆腐のそぼろあんかけ 人参のペースト お麩の味噌汁 じゃがバター 茹で小松菜 隠元の味噌汁	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 切干大根の煮物 お麩の味噌汁 じゃがバター 茹で小松菜 隠元の味噌汁	ごはん 豆腐の肉味噌のせ 切干大根の旨煮 お麩とねぎのすまし汁 じゃがバター 牛乳	おかかご飯
24金	つぶし粥 高野豆腐のペースト 大根のペースト かぼちゃのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のみぞれかけ ブロッコリーのサラダ かぼちゃの味噌汁 きな粉パン粥	軟飯 鶏肉のみぞれかけ ブロッコリーのサラダ かぼちゃの味噌汁 きな粉トースト きゅうりスティック コーンクリームスープ	ごはん 鶏肉の竜田揚げ ブロッコリーとツナのサラダ かぼちゃの味噌汁 きな粉トースト 牛乳	塩昆布ご飯
25土	つぶし粥 豆腐のペースト 玉ねぎのペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 マーボーなす 隠元ともやしのサラダ 豆腐のスープ 人参おじや	マーボーなす 隠元ともやしのサラダ 豆腐のスープ 人参おじや	マーボーなす 隠元ともやしのサラダ 豆腐のスープ 人参おじや 牛乳	
27月	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト 小松菜のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 大根の和え物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮	軟飯 鶏肉の照り煮 大根の和え物 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 バナナ 茹で白菜	ごはん 鶏肉の生姜焼き 大根の甘酢和え 小松菜と玉ねぎの味噌汁 かぼちゃのミルク煮 牛乳	バナナ
28火	うどん粥 高野豆腐のペースト かぼちゃのペースト かぶのペースト すまし汁	煮込みうどん かぼちゃサラダ かぶのくず煮 ひじきおじや	煮込みうどん かぼちゃサラダ かぶのくず煮 ひじき軟飯 お麩の煮物 豆腐の味噌汁	ジャージャー麺 かぼちゃサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ ひじき軟飯 牛乳	おかかご飯
29水	つぶし粥 お麩のペースト キャベツのペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	パン粥 鶏肉のりんごソースかけ ポパイサラダ わかめのスープ 混ぜ軟飯 茹でキャベツ えのきの味噌汁	ハイジパン 鶏肉のオニオンドレッシング ポパイサラダ わかめとえのきのスープ オレンジ 混ぜ軟飯 牛乳	ごはん 油淋鶏 コーンスローサラダ さつま芋の味噌汁 チーズトースト 茹でほうれん草 きのこのスープ	ひじきご飯
30木	つぶし粥 鰯のペースト 大根のペースト すまし汁	全粥 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 大根のすまし汁 粉吹き芋 きゅうりスティック なすの味噌汁	軟飯 鰯の味噌煮 高野豆腐の煮物 大根のすまし汁 粉吹き芋 きゅうりスティック なすの味噌汁	ごはん 鰯の味噌煮 うの花炒り煮 きのこ汁 粉吹き芋 牛乳	青のりご飯