

2023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木	つぶし粥 鱈のペースト 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 鱈の煮付け 切干大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 きな粉パン粥	軟飯 鱈の煮付け 切干大根の煮物 かぼちゃの味噌汁 きな粉トースト 茹でさつま芋 えのきのスープ	ごはん メカジキの竜田揚げ 切干大根の旨煮 かぼちゃの味噌汁 きな粉トースト 牛乳	塩昆布ご飯
02金	うどん粥 豆腐のペースト 大根のペースト じゃが芋のペースト すまし汁	煮込みうどん ポテトサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろおじや 鶏そぼろおじや	煮込みうどん ポテトサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろ軟飯 茹でキャベツ お麩の味噌汁	煮込みうどん ポテトサラダ なすの煮浸し 鶏そぼろ軟飯 牛乳	おかかご飯
03土	つぶし粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト かぶのペースト すまし汁	ピラフ風おじや ブロッコリーのサラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや	ピラフ風 ブロッコリーのサラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや	カレーピラフ ブロッコリーのサラダ かぶのスープ じゃが芋と人参のおじや 牛乳	
05月	つぶし粥 豆腐のペースト きゅうりのペースト 人参のペースト すまし汁	全粥 マーボー豆腐 もやしときゅうりのサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのミルク煮	マーボー丼 もやしときゅうりのサラダ 青梗菜のスープ かぼちゃのミルク煮 茹で白菜 バナナ	マーボー丼 もやしときゅうりのサラダ 中華スープ かぼちゃのミルク煮 牛乳	青のりご飯
06火	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 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーと豆腐の和え物 お麩の味噌汁 りんごパン粥	軟飯 鶏肉の野菜あんかけ ブロッコリーと豆腐の和え物 お麩の味噌汁 手作りりんごジャムサンド きゅうりスティック オニオンスープ	ごはん チンジャオロース おからサラダ お麩と油揚げの味噌汁 手作りりんごジャムサンド 牛乳	ひじきご飯
07水	つぶし粥 鱈のペースト 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 鱈のコーンクリーム煮 キャベツの和え物 さつま芋の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 鱈のコーンクリーム煮 キャベツの和え物 さつま芋の味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し もやしの味噌汁	ごはん 鱈の幽庵焼き キャベツの塩昆布和え さつま芋とねぎの味噌汁 野菜雑炊 牛乳	バナナ
08木	つぶし粥 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 豆腐のそぼろあんかけ 春雨サラダ 白菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き(あんかけ)	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 春雨サラダ 白菜の味噌汁 じゃが芋のお焼き 茹でブロッコリー しめじの味噌汁	ごはん 豚肉の梅味噌焼き パンサンズー 白菜のすまし汁 じゃが芋のお焼き 牛乳	おかかご飯
09金	パン粥 お麩のペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のチーズ煮 ポパイサラダ わかめスープ ひじきおじや	食パン 鶏肉のチーズ焼き ポパイサラダ わかめとえのきのスープ ひじき軟飯 大根スティック えのきの味噌汁	ハイジパン 鶏肉のチーズ焼き ポパイサラダ わかめとえのきのスープ ひじき軟飯 牛乳	粉吹き芋
10土	つぶし粥 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 味噌汁の上澄み	鶏そぼろおじや キャベツのサラダ じゃが芋の味噌汁 かぼちゃおじや	鶏そぼろ丼 キャベツのサラダ じゃが芋の味噌汁 かぼちゃおじや	豚丼 コールスローサラダ じゃが芋の味噌汁 かぼちゃおじや 牛乳	
12月	つぶし粥 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 肉豆腐 大根サラダ 小松菜の味噌汁 トマトリゾット	軟飯 肉豆腐 大根サラダ 小松菜の味噌汁 トマトリゾット 茹でブロッコリー 春雨スープ	ごはん 肉豆腐 大根サラダ 小松菜の味噌汁 トマトリゾット 牛乳	バナナ
13火	つぶし粥 高野豆腐のペースト 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 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 スイートポテト(あんかけ)	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キャベツの浅漬け なすと玉ねぎの味噌汁 スイートポテト 茹でほうれん草 豆腐のスープ	ごはん 鶏肉のカレー風味焼き キャベツの甘酢和え なすと玉ねぎの味噌汁 スイートポテト 牛乳	おかかご飯
14水	うどん粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト きゅうりのペースト すまし汁	煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 青のりおじや	煮込みうどん かぼちゃサラダ お麩の煮物 青のりおにぎり 茹で人参 かぶの味噌汁	ソース焼きうどん かぼちゃサラダ 青梗菜と玉ねぎのスープ オレンジ 青のりおにぎり 牛乳	ツナケチャップ ご飯
15木	つぶし粥 鱈のペースト 人参のペースト さつま芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈のみぞれかけ 高野豆腐の煮物 さつま芋の味噌汁 マッシュポテト(あんかけ)	軟飯 鱈のみぞれかけ 高野豆腐の煮物 さつま芋の味噌汁 じゃがバター きゅうりスティック わかめの味噌汁	ごはん 鱈の唐揚げ ひじきの炒り煮 切干大根の味噌汁 じゃがバター 牛乳	青のりご飯

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金	つぶし粥 お麩のペースト 大根のペースト ほうれん草のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉の照り煮 源平煮 ほうれん草の味噌汁 バナナヨーグルト	軟飯 鶏肉の照り煮 源平煮 ほうれん草の味噌汁 バナナヨーグルト トースト 隠元のスープ	ごはん 豚肉の照り焼き きんぴらごぼう きのこの味噌汁 バナナヨーグルト トースト お茶	ふかし芋
17土	全粥 豆腐のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	チャーハン風おじや 温野菜 豆腐と玉ねぎのスープ さつま芋おじや	チャーハン風 温野菜 豆腐と玉ねぎのスープ さつま芋おじや	ツナチャーハン 温野菜 豆腐と玉ねぎのスープ さつま芋おじや 牛乳	
19月	つぶし粥 鱈のペースト きゅうりのペースト キャベツのペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鱈の煮付け きゅうりとわかめの和え物 キャベツの味噌汁 マカロニイタリアン	軟飯 鱈の煮付け きゅうりとわかめの和え物 キャベツの味噌汁 マカロニイタリアン じゃが芋スティック きのこのスープ	ごはん 鱈の煮付け きゅうりとわかめの酢の物 キャベツの味噌汁 マカロニイタリアン 牛乳	塩昆布ご飯
20火	つぶし粥 豆腐のペースト さつま芋のペースト 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 さつま芋のペースト お麩の味噌汁 野菜雑炊	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ 茹でさつま芋 お麩の味噌汁 野菜雑炊 なすの煮浸し 小松菜の味噌汁	ごはん 豆腐の肉味噌のせ さつま芋のレモン煮 お麩とねぎのすまし汁 野菜雑炊 牛乳	和風ツナご飯
21水	パン粥 お麩のペースト 人参のペースト きゅうりのペースト すまし汁	パン粥 鶏肉のホワイトソースかけ 人参サラダ 青梗菜のスープ わかめおにぎり 茹で白菜 豆腐の味噌汁	食パン 鶏肉のホワイトソースかけ 人参サラダ 青梗菜のスープ わかめおにぎり 茹で白菜 豆腐の味噌汁	食パン 鶏肉のマーマレード焼き 人参サラダ キャベツの味噌汁 わかめおにぎり 牛乳	粉吹き芋
22木	つぶし粥 鱈のペースト 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 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け もやしの味噌汁 かぼちゃのお焼き(あんかけ)	軟飯 鱈のトマト煮 キャベツの浅漬け もやしの味噌汁 かぼちゃのお焼き 茹で大根 ほうれん草の味噌汁	ごはん レバーのかりん揚げ キャベツの浅漬け もやしの味噌汁 かぼちゃのお焼き 牛乳	青のりご飯
23金	つぶし粥 高野豆腐のペースト じゃが芋のペースト 大根のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 肉じゃが 大根のサラダ 白菜の味噌汁 煮込みうどん バナナ 茹でキャベツ	軟飯 肉じゃが 大根のサラダ 白菜の味噌汁 煮込みうどん バナナ 茹でキャベツ	カレーライス 大根とツナのサラダ 白菜のスープ 煮込みうどん 牛乳	バナナ
24土	つぶし粥 お麩のペースト かぼちゃのペースト 玉ねぎのペースト すまし汁	全粥 マーボーなす もやしと人参の和え物 かぼちゃのスープ ひじきおじや	マーボーなす丼 もやしと人参の和え物 かぼちゃのスープ ひじきおじや 牛乳	マーボーなす丼 もやしと人参のナムル かぼちゃのスープ ひじきおじや 牛乳	
26月	つぶし粥 鱈のペースト 小松菜と人参の和え物 豆腐の味噌汁 人参おじや	全粥 鱈の煮付け 小松菜と人参の和え物 豆腐の味噌汁 人参おじや	軟飯 鱈の煮付け 小松菜と人参の和え物 豆腐の味噌汁 人参軟飯 茹でかぼちゃ 切干大根の味噌汁	ごはん 鱈の塩焼き 小松菜と人参の胡麻和え 豆腐とえのきの味噌汁 人参軟飯 牛乳	塩昆布ご飯
27火	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	さつま芋おじや お麩のコーンクリーム煮 キャベツのサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁 鯛にゆうめん	さつま芋軟飯 鶏肉のコーンクリーム煮 キャベツのサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁 鯛にゆうめん バナナ お麩の煮物	中華風おこわ 鶏肉のケチャップ揚げ ごぼうとコーンのサラダ わかめと玉ねぎの味噌汁 鯛にゆうめん 牛乳	おかかご飯
28水	つぶし粥 鱈のペースト 人参のペースト ほうれん草のペースト すまし汁	全粥 鱈の味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 チーズパン粥	軟飯 鱈の味噌煮 高野豆腐の煮物 ほうれん草のすまし汁 チーズトースト 粉吹き芋 えのきのスープ	ごはん 鱈の味噌煮 うの花炒り煮 ほうれん草のすまし汁 チーズトースト 牛乳	ふかし芋
29木	うどん粥 高野豆腐のペースト 玉ねぎのペースト さつま芋のペースト すまし汁	煮込みうどん(トマト味) 温野菜 なすの煮浸し 鶏そぼろおじや	煮込みうどん(トマト味) 温野菜 なすの煮浸し 鶏そぼろ軟飯 茹でキャベツ 隠元の味噌汁	ツナマカロニ 温野菜 もやしのスープ 鶏そぼろ軟飯 牛乳	バナナ
30金	つぶし粥 お麩のペースト きゅうりのペースト じゃが芋のペースト 味噌汁の上澄み	全粥 鶏肉のりんごソースかけ きゅうりと人参のサラダ じゃが芋の味噌汁 さつま芋のミルク煮	軟飯 鶏肉のりんごソースかけ キュウビックサラダ じゃが芋の味噌汁 さつま芋のミルク煮 茹で小松菜 大根スティック	ごはん 油淋鶏 キュウビックサラダ なめこの味噌汁 さつま芋のミルク煮 牛乳	青のりご飯