

2022年度 6月離乳食献立表

声花の丘かたるば保育園

	初期	中期	後期	完了期	主な材料				初期	中期	後期	完了期	主な材料		
					エネルギー	パワー	ヘルシー						エネルギー	パワー	ヘルシー
1 15 29 (水)	ごはん 豆腐のペースト さつまいものペースト 大根のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鯛 ほうれん草の納豆和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鯛 ほうれん草の納豆和え 豆腐の味噌汁 果物	ごはん 蒸し鯛 ほうれん草の納豆和え 豆腐の味噌汁 果物	米 さつまいも	豆腐 たい 納豆 味噌 牛乳	ほうれん草 人参 大根 長ねぎ 玉ねぎ わかめ 青のり	8 22 (水)	ごはん 豆腐のペースト ブロッコリーのペースト じゃがいものペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豆腐の野菜あんかけ 粉ふき芋 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豆腐の野菜あんかけ じゃがいもの味噌煮 お麩のすまし汁	ごはん 豆腐の野菜あんかけ じゃがいもの味噌煮 お麩のすまし汁	そうめん 片栗粉 じゃがいも 米	豆腐 焼き麩 鶏肉 牛乳 味噌	ブロッコリー 白菜 大根 玉ねぎ 人参 長ねぎ なす
		青のりごはん 野菜スープ	青のりごはん 野菜スープ	青のりごはん 牛乳						なすと鶏肉のそうめん 野菜スープ(汁のみ)	なすと鶏肉のそうめん 野菜スープ(汁のみ)	なすと鶏肉のそうめん 牛乳			
2 16 30 (木)	ごはん たらのペースト 小松菜のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん たらの昆布蒸し 野菜と高野豆腐の含め煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん たらの昆布蒸し 野菜と高野豆腐の含め煮 大根のすまし汁 果物	ごはん たらの昆布蒸し 野菜と高野豆腐の含め煮 大根のすまし汁 果物	米 パン	たら 高野豆腐 焼き麩 牛乳	白菜 人参 大根 小松菜 玉ねぎ 長ねぎ かぼちゃ バナナ	9 23 (木)	ごはん お麩のペースト さつまいものペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	鶏肉団子のだし煮 きゅうりと人参の和え物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏肉団子のだし煮 きゅうりと人参の和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 果物	ごはん 鶏肉団子のだし煮 きゅうりと人参の和え物 わかめと玉ねぎの味噌汁 果物	米 さつまいも 片栗粉 パン じゃがいも	焼き麩 鶏肉 豆腐 味噌 牛乳	長ねぎ きゅうり 人参 わかめ 玉ねぎ 白菜 大根
		バナナサンド 野菜スープ	バナナサンド 野菜スープ	バナナサンド 牛乳						さつまいもクリームパン たらのみぞれスープ	さつまいもクリームパン たらのみぞれスープ	さつまいもクリームパン 牛乳		かつお節 たら	
3 17 (金)	ごはん 豆腐のペースト キャベツのペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉のあんかけ炒め 青のりキャベツ 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 豚肉のあんかけ炒め 青のりキャベツ 豆腐とねぎの味噌汁 果物	ごはん 豚肉のあんかけ炒め 青のりキャベツ 豆腐とねぎの味噌汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも	豚肉 豆腐 かつお節 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ きゅうり 長ねぎ 青のり ブロッコリー	10 24 (金)	ごはん たいのペースト ブロッコリーのペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 茹で野菜 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 茹で野菜 かぼちゃのすまし汁 果物	ごはん 蒸し鮭 茹で野菜 かぼちゃのすまし汁 果物	米 さつまいも	たい 鮭 鶏肉 牛乳	ブロッコリー 大根 人参 玉ねぎ 長ねぎ かぼちゃ
		おかかごはん 野菜スープ	おかかごはん 野菜スープ	おかかごはん 牛乳						鶏そぼろごはん 野菜スープ	鶏そぼろごはん 野菜スープ	鶏そぼろごはん 牛乳			
4 18 (土)	うどん 豆腐のペースト かぼちゃのペースト キャベツのペースト 野菜スープ(汁のみ)	鶏肉と白菜の煮込みうどん かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ(汁のみ)	鶏肉と白菜の煮込みうどん かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	鶏肉と白菜の煮込みうどん かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん さつまいも	豆腐 鶏肉 きな粉 牛乳	玉ねぎ 人参 大根 長ねぎ キャベツ かぼちゃ 白菜	11 25 (土)	にゅう麺 豆腐のペースト さつまいもペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	五目にゅう麺 ふかし芋と茹で人参 野菜スープ(汁のみ)	五目にゅう麺 ふかし芋と茹で人参 野菜スープ(汁のみ) 果物	五目にゅう麺 ふかし芋と茹で人参 野菜スープ(汁のみ) 果物	そうめん 米 さつまいも	豚肉 豆腐 かつお節 牛乳	チンゲン菜 長ねぎ キャベツ 人参 なす 玉ねぎ
		さつまボール 野菜スープ	さつまボール 野菜スープ	さつまボール 牛乳						人参ごはん 野菜スープ	人参ごはん 野菜スープ	人参ごはん 牛乳			
6 20 (月)	ごはん かれいのペースト ほうれん草のペースト 人参のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん かれいのだし煮 ほうれん草のお浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごはん かれいのだし煮 ほうれん草のお浸し いんげんの味噌汁 果物	ごはん かれいのだし煮 ほうれん草のお浸し いんげんの味噌汁 果物	米 小麦粉	かれい かつお節 味噌 豆腐 チーズ 牛乳	ほうれん草 人参 長ねぎ いんげん 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ	13 27 (月)	パン粥 じゃがいもとトマトのマッシュ 人参のペースト キャベツのペースト 野菜スープ(汁のみ)	パン粥 ラ外ユユ キャベツと人参のサラダ 野菜スープ(汁のみ)	パン ラ外ユユ キャベツと人参のサラダ 豆腐スープ 果物	パン ラ外ユユ キャベツと人参のサラダ 豆腐スープ 果物	パン じゃがいも 米	豆腐 鶏肉 ツナ 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 トマト 長ねぎ かぼちゃ なす
		マッシュパンキン 豆腐スープ	パンキンパンケーキ 豆腐スープ	パンキンパンケーキ 豆腐スープ						ツナごはん 野菜スープ	ツナごはん 野菜スープ	ツナごはん 牛乳			
7 21 (火)	ごはん お麩のペースト じゃがいものペースト 小松菜のペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん じゃがいもと鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごはん じゃがいもと鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ 小松菜のスープ 果物	ごはん じゃがいもと鶏肉のトマト煮 ブロッコリーサラダ 小松菜のスープ 果物	米 じゃがいも 片栗粉 さつまいも	焼き麩 鶏肉 きな粉 ヨーグルト 調整粉乳 牛乳	トマト 玉ねぎ 長ねぎ ブロッコリー 人参 白菜 小松菜 バナナ	14 28 (火)	ごはん 豆腐のペースト 人参のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 炒り豆腐 小松菜のおかか和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 炒り豆腐 小松菜のおかか和え 白菜の味噌汁 果物	ごはん 炒り豆腐 小松菜のおかか和え 白菜の味噌汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも	豆腐 鶏肉 かつお節 味噌 調整粉乳 牛乳 焼き麩	人参 白菜 玉ねぎ 大根 かぼちゃ 小松菜 長ねぎ
		バナナのきな粉ヨーグルト和え 野菜スープ	バナナのきな粉ヨーグルト和え 野菜スープ	バナナのきな粉ヨーグルト和え 野菜スープ						じゃがいものミルク煮 野菜スープ	じゃがいものミルク煮 野菜スープ	じゃがいものミルク煮 牛乳			

- * 主食は離乳食の進み具合に応じた形状で提供します。
- * パン・麺等は、乳・卵不使用の製品を使用します。
- * 上段が午前食、下段が午後食です。完了期は午前補食に豆乳を飲みます。
- * 離乳期は「主な材料」に記載されている食材から、離乳の段階や発達に合わせて提供します。
- * 今月の魚は しらす たい たら かれい 鮭です。段階に応じ使用していきます。
- * 今月の果物はバナナ・りんご等を予定しています。
- * 行事、材料等の都合により献立が変更することがありますのでご了承ください。

* ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。

