

2023年度 6月離乳食献立表



芦花の丘かたるば保育園

	中期	後期	完了期	主な材料				中期	後期	完了期	主な材料		
				エネルギー	パワ－	ヘルシー					エネルギー	パワ－	ヘルシー
1 15 29 (木)	ごはん 野菜のそぼろあんかけ かぼちやの煮物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 野菜のそぼろあんかけ かぼちやの煮物 なすの味噌汁 果物	ごはん 野菜のそぼろあんかけ かぼちやの煮物 なすの味噌汁 果物	米 小麦粉 片栗粉	豚肉 味噌 牛乳	玉ねぎ なす 人参 かぼちや 長ねぎ ほうれん草	8 22 (木)	チキンカレー風 白菜サラダ 野菜スープ(汁のみ)	チキンカレー風 白菜サラダ とうがんのスープ 果物	チキンカレー風 白菜サラダ とうがんのスープ 果物	米 じゃがいも パン さつまいも	鶏肉 チーズ しらす 牛乳	玉ねぎ 人参 長ねぎ きゅうり 冬瓜 トマト スナップエンドウ 白菜
			ほうれん草の蒸しパン 牛乳						しらすマッシュサンド 牛乳				
2 16 30 (金)	ごはん 蒸し鮭 チンゲン菜の煮びたし 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸し鮭 チンゲン菜の煮びたし たまねぎの味噌汁 果物	ごはん 蒸し鮭 チンゲン菜の煮びたし たまねぎの味噌汁 果物	米 パン	鮭 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 チンゲン菜 キャベツ 長ねぎ バナナ わかめ	9 23 (金)	ごはん ふわふわバーグ 人参ときゅうりの和え物 野菜スープ(汁のみ)	ごはん ふわふわバーグ 人参ときゅうりの和え物 モロヘイヤの味噌汁 果物	ごはん ふわふわバーグ 人参ときゅうりの和え物 モロヘイヤの味噌汁 果物	米 片栗粉 小麦粉	鶏肉 味噌 豆腐 牛乳 かつお節	玉ねぎ きゅうり 人参 キャベツ 長ねぎ れんこん モロヘイヤ 青のり
			バナナジャムサンド 牛乳							お好み焼き 牛乳			
3 17 (土)	豆腐と野菜のそうめん 大根の土佐煮 野菜スープ(汁のみ)	豆腐と野菜のそうめん 大根の土佐煮 野菜のスープ(汁のみ) 果物	豆腐と野菜のそうめん 大根の土佐煮 野菜のスープ(汁のみ) 果物	素麺 じゃがいも	鶏肉 豆腐 かつお節 牛乳	玉ねぎ キャベツ 人参 長ねぎ いんげん 大根	10 24 (土)	豚肉と白菜のあんかけ麺 ポイルブロッコリー 野菜スープ(汁のみ)	豚肉と白菜のあんかけ麺 ポイルブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	豚肉と白菜のあんかけ麺 ポイルブロッコリー 野菜スープ(汁のみ) 果物	うどん 片栗粉 小麦粉	豚肉 味噌 チーズ 牛乳	玉ねぎ 人参 ブロッコリー 白菜 長ねぎ なす コーン
			粉ふき芋 牛乳						コーンチーズ蒸しパン 牛乳				
5 19 (月)	パン 豚肉と野菜のトマト煮 マッシュポテト 野菜スープ(汁のみ)	パン 豚肉と野菜のトマト煮 マッシュポテト 具沢山野菜スープ 果物	パン 豚肉と野菜のトマト煮 マッシュポテト 具沢山野菜スープ 果物	米 じゃがいも パン	豚肉 大豆 牛乳	人参 ブロッコリー キャベツ 長ねぎ 玉ねぎ 青のり トマト ズッキーニ	12 26 (月)	ごはん 鶏肉とキャベツの含め煮 きゅうりのもずく和え 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏肉とキャベツの含め煮 きゅうりのもずく和え さつまいものすまし汁 果物	ごはん 鶏肉とキャベツの含め煮 きゅうりのもずく和え さつまいものすまし汁 果物	米 小麦粉 さつまいも	鶏肉 味噌 牛乳	キャベツ 人参 きゅうり 長ねぎ 白菜 もずく 玉ねぎ
			青のりごはん 牛乳							パンケーキ 牛乳			
6 20 (火)	ごはん 鶏のし焼き 温野菜サラダ 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 鶏のし焼き 温野菜サラダ 白菜の味噌汁 果物	ごはん 鶏のし焼き 温野菜サラダ 白菜の味噌汁 果物	米 片栗粉 里芋 素麺	鶏肉 味噌 豆腐 牛乳 焼き麩	玉ねぎ 人参 アスパラガス 長ねぎ 白菜 いんげん 大根	13 27 (火)	そぼろ煮込みうどん 紅白煮 野菜スープ(汁のみ)	そぼろ煮込みうどん 紅白煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	そぼろ煮込みうどん 紅白煮 野菜スープ(汁のみ) 果物	米 うどん	豚肉 ツナ 牛乳 かつお節	キャベツ 玉ねぎ 人参 長ねぎ 大根 アスパラガス
			五目にゆう麺 牛乳							和風ツナごはん 牛乳			
7 21 (水)	ごはん たらの昆布蒸し ささ身と人参のとりみ煮 野菜スープ(汁のみ)	ごはん たらの昆布蒸し ささ身と人参のとりみ煮 キャベツの味噌汁 果物	ごはん たらの昆布蒸し ささ身と人参のとりみ煮 キャベツの味噌汁 果物	米 片栗粉	たら 鶏肉 味噌 牛乳	玉ねぎ 人参 キャベツ 長ねぎ かぼちや	14 28 (水)	ごはん 蒸しかれい ほうれん草のお浸し 野菜スープ(汁のみ)	ごはん 蒸しかれい ほうれん草のお浸し わかめの味噌汁 果物	ごはん 蒸しかれい ほうれん草のお浸し わかめの味噌汁 果物	米 片栗粉 じゃがいも	かれい 豆腐 味噌 牛乳	長ねぎ 人参 ほうれん草 白菜 オクラ 枝豆 わかめ
			かぼちやの茶巾 牛乳							枝豆と豆腐のおやき 牛乳			

- * 主食はそれぞれの発達状況に応じ、調理致します。
- * 発達状況により片栗粉を使用する場合があります。
- * 上段が午前食、下段が午後食です。完了期は午前補食を食べます。
- * 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 きれい たら 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・メロン・スイカ等を予定しています。
- * ご不明な点などありましたらお気軽にお尋ねください。
- * 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。

