



6月離乳食献立表



H26.6.2

たかさご保育園キッチン

日	曜	1回食期 (10:00~)	2~3回食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:30~)	2~3回食期 午後 (14:00~)	完了食期 おやつ (14:30~)
2,16 30	月	かゆ、煮魚 煮ひたし 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(小松菜、人参、玉ねぎ) 味噌汁(人参、大根)	軟飯、煮魚、煮ひたし かぼちゃのバター煮 味噌汁	かゆ、かぼちゃの甘煮(かぼちゃ) しらす入りスープ (しらす、人参、大根、長ねぎ)	しらす雑炊 牛乳、果物
3 17	火	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(もやし、大根、人参) 味噌汁(えのき、じゃがいも)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 人参の甘煮 味噌汁	かゆ、人参の煮物(人参) 野菜スープ (かぼちゃ、人参、大根、長ねぎ)	かぼちゃ雑炊 牛乳、果物
4 18	水	かゆ 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、野菜の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ) 味噌汁(大根、玉ねぎ)	軟飯、野菜の煮物 りんごのコンポート 味噌汁	かゆ、りんごの甘煮(りんご) 洋風スープ (生鮭、人参、大根、ピーマン)	洋風雑炊 牛乳、果物
5 19	木	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、えのき、もやし) 野菜スープ(大根、玉ねぎ、長ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし マッシュポテト 野菜スープ	かゆ、スティックポテト(じゃがいも) たら入りスープ (たら、人参、大根、長ねぎ)	たら雑炊 牛乳、果物
6 20	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、玉ねぎ、大根) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 6日:かき揚げ20日:かぼちゃ甘煮 味噌汁	じゃがいものトマト煮 (生鮭、人参、玉ねぎ、トマト、じゃがいも) 野菜スープ(大根、長ねぎ)	じゃがいもの トマト煮 牛乳、果物
7 21	土	かゆ 野菜の煮物 野菜スープ	かゆ、ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、人参、玉ねぎ) 野菜スープ(大根、人参、玉ねぎ)	軟飯、ひき肉と野菜の煮物 大根の甘煮 野菜スープ	野菜雑炊 (人参、大根、長ねぎ、コーン)	野菜雑炊 牛乳、果物
9 23	月	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(人参、玉ねぎ、大根) 味噌汁(玉ねぎ、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 じゃがいもの甘煮 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜スープ (人参、大根、長ねぎ、おかか)	おかか雑炊 牛乳、果物
10 24	火	かゆ、煮魚 煮ひたし 野菜スープ	かゆ、煮魚(白身魚) 煮ひたし(人参、大根、長ねぎ) 野菜スープ(じゃがいも、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、煮ひたし さつまいものバター煮 野菜スープ	かゆ、さつまいもの甘煮(さつまいも) 鮭入りスープ (生鮭、人参、大根、長ねぎ)	鮭雑炊 牛乳、果物
11 25	水	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(生鮭) 野菜の煮物(小松菜、玉ねぎ、人参) 味噌汁(かぼちゃ、人参)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 マカロニのケチャップ煮 味噌汁	かゆ、スティック野菜(人参、大根) 野菜スープ (かじき、人参、大根、長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳、果物
12 26	木	かゆ 豆腐の煮物 味噌汁	かゆ、豆腐の煮物 (豆腐、人参、玉ねぎ、長ねぎ) 味噌汁(さつまいも、玉ねぎ)	軟飯、豆腐の煮物 煮魚 味噌汁	かゆ、煮ひたし(きやべつ、人参) 野菜スープ (鶏ひき肉、人参、大根、長ねぎ)	鶏そぼろ雑炊 牛乳、果物
13 27	金	かゆ、煮魚 野菜の煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) 野菜の煮物(きやべつ、人参、玉ねぎ) 味噌汁(大根、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、野菜の煮物 かぼちゃの天ぷら 味噌汁	かゆ、じゃがいもの煮物(じゃがいも) かじき入りスープ (かじき、人参、大根、長ねぎ)	かじき雑炊 牛乳、果物
14 28	土	かゆ、煮魚 さつまいもの煮物 味噌汁	かゆ、煮魚(白身魚) さつまいもの煮物(さつまいも) 味噌汁(大根、玉ねぎ)	軟飯、煮魚、さつまいもの煮物 スティックチーズ 味噌汁	野菜雑炊 (大根、人参、長ねぎ、きやべつ)	野菜雑炊 牛乳、果物

※都合により材料が異なる場合があります。

※初期食のメニューは、かゆ、汁物となります。汁物の材料は2~3回食と同じです。

☆完了食について…

完了食になったら、朝ごはん、夕ごはんをしっかりとおうちで食べましょう。

特に朝食は午前中の活動のエネルギー源！しっかりと食べてきてくださいね♪

午後食は雑炊になり、牛乳と果物がつきます。

お時間ありましたらサンプルケースをご覧ください。

キッチン一同

