

希望の硬さに○をつけてください

6月 離乳食献立表



ごはんの硬さ：10倍・7倍・5倍(おかゆ)・軟飯・ごはん		火	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火
曜日		1	2	3	4	5	7	8	9	10	11	12	14	15
おやつ	10時 15時	バナナ 麦茶 うこん 麦茶	ハイハイン 麦茶 そぼろごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 湯豆腐 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかん(缶詰) 麦茶	ハイハイン 麦茶 チョコチップパン 麦茶	ヨーグルト(加糖) 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 パウンドケーキ 麦茶	チーズ 麦茶 ごま塩おにぎり 麦茶	バナナ 麦茶 ゆでさつまいも 麦茶	ハイハイン 麦茶 ミルククロワッサン 麦茶	ハイハイン 麦茶 ツナ蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 コーンご飯 麦茶
	主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
お昼	副食	鶏すき もやしとわかめのナムル 鮎のすまし汁	野菜のそぼろ煮 キャベツとツナのサラダ きのこスープ オレンジ	焼鮭 ひじきとえのきのサラダ みそ汁 バナナ	豚肉と野菜のゴマ炒め ほうれん草のおかか和え わかめスープ	ジャージャー麺 麦茶 オレンジ	ツナオムレツ 小松菜サラダ みそ汁 オレンジ	大豆のケチャップ煮 温野菜 麦茶 バナナ	たら しょうゆ みそ汁	鶏肉のやわらか煮 チンゲン菜のさつと煮 豆腐スープ	豚肉の柳川風煮物 にんじんのごまあえ みそ汁 バナナ	マーボー豆腐 ブロッコリーサラダ 麦茶 ヨーグルト	揚げ豆腐 キャベツの磯あえ たまねぎスープ オレンジ	鮭のコーン煮 ぜん野菜 麦茶
	材料	鶏もも肉 はくさい えのき ねぎ しょうゆ 砂糖 和風だしの素 もやし にんじん わかめ ごま しょうゆ 鮎 えのき 和風だしの素 しょうゆ 塩 (おやつ) ゆでうどん キャベツ にんじん めんつゆ	豚ひき肉 キャベツ えのき にんじん たまねぎ しょうゆ 砂糖 片栗粉 ツナ油缶 キャベツ 塩 えのき しめじ たまねぎ 鶏がらスープの素 オレンジ	鮭 ひじき えのき にんじん たまねぎ いんげん 砂糖 しょうゆ たまねぎ にんじん ねぎ 和風だしの素 味噌 バナナ (おやつ) 木綿豆腐 しょうゆ かつお節	豚肉 たまねぎ ねぎ しょうゆ 砂糖 ごま ほうれん草 にんじん コーン缶 かつお節 しょうゆ わかめ キャベツ にんじん 鶏がらスープの素	中華麺 もやし ピーマン にんじん たまねぎ 豚ひき肉 しょうゆ 砂糖 ごま油 酒 味噌 オレンジ	卵 ツナ油缶 たまねぎ にんじん 塩 油 小松菜 えのき しょうゆ 木綿豆腐 ねぎ わかめ 和風だしの素 味噌 オレンジ	大豆水煮 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 きゅうり キャベツ にんじん 塩 バナナ	たら しょうゆ 砂糖 はくさい にんじん かつお節 しょうゆ だいこん にんじん ねぎ 和風だしの素 味噌 (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 卵	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 チンゲン菜 えのき にんじん 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 木綿豆腐 にんじん 鶏がらスープの素	豚肉 たまねぎ にんじん ほうれん草 卵 しょうゆ 砂糖 和風だしの素 にんじん ごま しょうゆ かつお節 だいこん わかめ 和風だしの素 味噌 バナナ	木綿豆腐 豚ひき肉 ねぎ 麻婆豆腐の素 ブロッコリー コーン缶 ミニトマト 和風ドレッシング ヨーグルト	木綿豆腐 卵 ひじき にんじん さやえんどう しいたけ 砂糖 塩 しょうゆ キャベツ にんじん ごま あおのり しょうゆ たまねぎ にんじん 鶏がらスープの素 オレンジ (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 ツナ水煮缶	鮭 コーン缶 しょうゆ 片栗粉 きゅうり だいこん にんじん 塩
曜日	水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	
日	16	17	18	19	21	22	23	24	25	26	28	29	30	
おやつ	10時 15時	ハイハイン 麦茶 ヨーグルト(加糖)	バナナ 麦茶 食パン 麦茶	チーズ 麦茶 ゆでさつまいも 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかんヨーグルト 麦茶	ハイハイン 麦茶 みかん缶(缶詰) 麦茶	バナナ 麦茶 黒糖蒸しパン 麦茶	バナナ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	チーズ 麦茶 オレンジ 麦茶	ハイハイン 麦茶 ヨーグルト(加糖)	ハイハイン 麦茶 カップケーキ 麦茶	ハイハイン 麦茶 ヨーグルト(加糖)	ハイハイン 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶
	主食	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯	おかゆ〜ご飯
お昼	副食	ほうれん草ときのこ卵焼き もやしのおかか和え 豚汁	豚肉の中華煮 小松菜の煮浸し すまし汁 バナナ	ミートボール ブロッコリーサラダ コーンスープ ヨーグルト	豚丼 温野菜 麦茶 バナナ	そぼろごはん にんじんスティック わかめスープ オレンジ	豆腐のチャンプルー マッシュポテト みそ汁 バナナ	卵焼き じゃが芋とツナの煮物 すまし汁	豆腐のそぼろあんかけ もやしナムル みそ汁 オレンジ	肉じゃが 白菜とツナのごま和え 麦茶	具だくさんそうめん 麦茶 バナナ	ツナコーン煮 きゅうりのおかか和え すまし汁 バナナ	野菜の卵とじ キャベツのコーン煮 みそ汁 バナナ	ミートボール ブロッコリーサラダ みそ汁 オレンジ
	材料	ほうれん草 しめじ 卵 油 しょうゆ 塩 もやし かつお節 しょうゆ 豚肉 だいこん にんじん ねぎ 和風だしの素 味噌	豚肉 にんじん はくさい 鶏がらスープの素 片栗粉 小松菜 にんじん 和風だしの素 しょうゆ はくさい えのき ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 バナナ	豚ひき肉 たまねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 塩 コーン缶 鶏がらスープの素 ヨーグルト	豚肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 レタス 赤ピーマン 黄ピーマン レッドキャベツ にんじん 和風ドレッシング バナナ	豚ひき肉 ねぎ しょうゆ 砂糖 にんじん 砂糖 わかめ コーン缶 たまねぎ 鶏がらスープの素 オレンジ	木綿豆腐 豚肉 卵 油 塩 じゃがいも ツナ油缶 にんじん いんげん しょうゆ 砂糖 片栗粉 じゃがいも 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 にんじん えのき たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 バナナ (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 黒砂糖	卵 油 塩 じゃがいも ツナ油缶 にんじん いんげん しょうゆ 砂糖 片栗粉 もやし にんじん コーン缶 しょうゆ 砂糖 にんじん たまねぎ 和風だしの素 味噌 オレンジ	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ にんじん たまねぎ ほうれん草 ねぎ オクラ コーン缶 めんつゆ 砂糖 はくさい ツナ油缶 にんじん ごま しょうゆ にんじん たまねぎ 和風だしの素 味噌 オレンジ	豚肉 じゃがいも にんじん たまねぎ たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ 砂糖 はくさい ツナ油缶 にんじん ごま しょうゆ 木綿豆腐 わかめ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩	干しとうめん 鶏ささみ ほうれん草 ねぎ オクラ コーン缶 めんつゆ 砂糖 バナナ	ツナ水煮缶 コーン缶 はくさい しいたけ にんじん 鶏がらスープの素 片栗粉 きゅうり えのき かつお節 しょうゆ 木綿豆腐 わかめ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩	たまねぎ にんじん 卵 しょうゆ 砂糖 キャベツ コーン缶 塩 もやし 和風だしの素 味噌 バナナ	豚ひき肉 たまねぎ 塩 ケチャップ 砂糖 しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー 卵 塩 にんじん たまねぎ 和風だしの素 味噌 オレンジ (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖

くらす：ひよこ組 おなまえ：

※上記の献立・食材でまだご自宅で食べていない食材がありましたら、献立名と食材にチェックしてご自宅でコピーの上、1枚担任にお渡しください。
 ※離乳食での油は少量で使います。
 ※都合により献立が変更になる場合があります。
 ※土曜日献立は幼児食と同様の献立になってます。土曜希望保育の場合、食べられる食材(離乳食)で提供させていただきます。