

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		水	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水
曜日		1	2	3	4	6	7	8	9	10	11	13	14	15
おやつ	10時 15時	チーズ 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイ 麦茶 みかん缶 麦茶	ヨーグルト 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイ 麦茶 ホットケーキサンド リンゴ ジュース	ハイハイ 麦茶 しらすごはん 麦茶	ハイハイ 麦茶 バナナ 麦茶	バナナ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ハイハイ 麦茶 焼きもちろこしおにぎり 麦茶	ヨーグルト 食パン 麦茶	ハイハイ 麦茶 レーズンロール リンゴ ジュース	チーズ 麦茶 ツナご飯 麦茶	ヨーグルト 納豆ご飯 麦茶	ハイハイ 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
	副食	とろろぼろごはん にんじんスティック みそ汁 バナナ	肉団子 きゅうりのツナ和え たまねぎスープ オレンジ	鮭のコーン焼き にんじんしりしり すまし汁 グレープフルーツ	やきそば 麦茶 グレープフルーツ	ミートボールのトマト煮 きゅうりのおかか和え 中華スープ ヨーグルト	鮭のみそ焼き キャベツのごま和え すまし汁 バナナ	豆腐バーグ 野菜炒め わかめスープ オレンジ	野菜オムレツ ひじきの煮物 コーンスープ グレープフルーツ	煮込みうどん にんじんスティック すまし汁	ハヤシライス ブロッコリーサラダ スープ オレンジ	とろろごはん 白菜サラダ スープ オレンジ	焼き鮭 キャベツのおかか和え みそ汁 グレープフルーツ	ミートボール ゆでかぼちゃ かきたま汁 バナナ
お昼	材料	鶏ひき肉 しめじ しいたけ えのきだけ にんじん しょうゆ 砂糖 にんじん しょうゆ かぼちゃ だいこん ねぎ 和風だしの素 みそ バナナ	鶏ひき肉 玉ねぎ 干しいたけ 片栗粉 しょうゆ きゅうり にんじん コーン缶 ツナ水漬缶 しょうゆ じゃがいも たまねぎ 中華だしの素 塩 キャベツ ねぎ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 オレンジ (おやつ) みかん缶	鮭 塩 クリームコーン缶 にんじん 卵 ツナ油漬缶 ごま 砂糖 和風だしの素 キャベツ ねぎ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 グレープフルーツ (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	焼きそば種 豚こま肉 塩 もやし キャベツ にんじん たまねぎ 玉ねぎ 中濃ソース グレープフルーツ	鶏ひき肉 玉ねぎ 塩 片栗粉 じゃが芋 にんじん たまねぎ 玉ねぎ ケチャップ 砂糖 きゅうり かつお節 しょうゆ カットわかめ ねぎ コーン缶 中華だしの素 ベビーダノン (おやつ) しらす しょうゆ ごはん	鮭 みそ キャベツ にんじん しょうゆ ごま じゃがいも キャベツ にんじん ねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 カットわかめ コーン缶 ねぎ 中華だしの素 塩 オレンジ (おやつ) ごはん コーン缶 しょうゆ	木綿豆腐 玉ねぎ 鶏ひき肉 片栗粉 しょうゆ キャベツ コーン缶 ねぎ 塩 カットわかめ コーン缶 ねぎ 中華だしの素 塩 オレンジ	ほうれん草 玉ねぎ 卵 ひじき コーン缶 ツナ油漬缶 しょうゆ コーン缶 ねぎ 塩 グレープフルーツ (おやつ) ごはん コーン缶 しょうゆ	ゆでうどん 豚こま肉 キャベツ 玉ねぎ にんじん 和風だしの素 しょうゆ にんじん しょうゆ ねぎ にんじん たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ 塩 グレープフルーツ (おやつ) レーズンロール(市販)	豚こま肉 玉ねぎ しめじ トマトハヤシルウ ブロッコリー コーン缶 和風ドレッシング たまねぎ にんじん 和風だしの素 オレンジ (おやつ) レーズンロール(市販)	鶏ひき肉 ゆで大豆 たまねぎ にんじん たまねぎ にんじん ケチャップ 砂糖 白菜 ツナ油漬缶 塩 じゃが芋 ねぎ 刻みのり 中華だしの素 オレンジ (おやつ) ごはん ツナ油漬缶 しょうゆ	鮭 塩 キャベツ にんじん かつお節 しょうゆ たまねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ グレープフルーツ (おやつ) ひきわり納豆 ごはん しょうゆ	鶏ひき肉 たまねぎ かぼちゃ 塩 片栗粉 かぼちゃ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ バナナ ベーキングパウダー
	材料	たまご たまねぎ にんじん 干しいたけ 鶏むね肉 和風だしの素 砂糖 しょうゆ キャベツ たまねぎ にんじん 塩 木綿豆腐 ねぎ 中華だしの素 オレンジ (おやつ) バナナ ヨーグルト(無糖) 砂糖	鶏ひき肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 片栗粉 ブロッコリー コーン缶 油 塩 キャベツ たまねぎ じゃが芋 にんじん 中華だしの素 塩 ベビーダノン (おやつ) かぼちゃ 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	中華種 豚こま肉 もやし にんじん にら コーン缶 中華だしの素 しょうゆ 塩 麦茶 バナナ (おやつ) カスタードプッセ(市販)	豚こま肉 たまねぎ ねぎ にんじん しょうゆ ごま 油 にんじん しょうゆ 木綿豆腐 カットわかめ ねぎ 和風だしの素 チーズ (おやつ) ロールパン(市販)	卵 塩 ほうれん草 にんじん コーン缶 ごま たまねぎ きつまいも にんじん 中華だしの素 塩 グレープフルーツ (おやつ) 鶏ひき肉 トマト ほうれん草 にんじん しょうゆ	木綿豆腐 さつまいも にんじん たまねぎ ケチャップ 砂糖 ひじき ほうれん草 和風だしの素 しょうゆ ごま もやし にんじん しょうゆ たまねぎ コーン缶 中華だしの素 塩 もやし にんじん カットわかめ 和風だしの素 みそ バナナ (おやつ) じゃが芋 細切りチーズ	鶏もも肉 たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 もやし にんじん しょうゆ たまねぎ コーン缶 中華だしの素 塩 オレンジ	豚こま肉 じゃが芋 にんじん たまねぎ ケチャップ 中華だしの素 砂糖 ほうれん草 にんじん しょうゆ だいこん にんじん 白菜 中華だしの素 みそ ベビーダノン (おやつ) 黒糖フークレエ(市販) 幼児リンゴジュース	豚こま肉 たまねぎ ねぎ しょうが にんにく 油 しょうゆ みりん ごま ほうろり にんじん しょうゆ たまねぎ コーン缶 和風ドレッシング たまねぎ カットわかめ 和風だしの素 みそ ベビーダノン (おやつ) ホットケーキ粉 水	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 いんげん ごま しょうゆ かぼちゃ えのきだけ 和風だしの素 しょうゆ 塩 キャベツ コーン缶 和風だしの素 味噌 オレンジ (おやつ) ツナ油漬缶 しょうゆ ごはん	ゆで大豆 豚ひき肉 たまねぎ にんじん ほうれん草 卵 しょうゆ 砂糖 ほうれん草 えのき 和風だしの素 しょうゆ じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶 塩 キャベツ にんじん 和風だしの素 味噌 (おやつ) ツナ油漬缶 しょうゆ ごはん	鶏もも肉 たまねぎ にんじん 小松菜 中華だし 塩 じゃがいも にんじん きゅうり コーン缶 塩 だいこん にんじん 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 小麦粉 砂糖 木綿豆腐 油	

※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。
 ※ヨーグルトはベビーダノンを提供させていただきます。

くらす：ひよこ組 おなまえ：