

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													
曜日	木	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木
日	1	2	3	5	6	7	8	9	10	12	13	14	15
おやつ	10時 15時 ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 ふかし芋 麦茶	ハイハイン 麦茶 カスタードフッセ リンゴ ジュース	バナナ 麦茶 お好み焼き 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエハース 麦茶	チーズ 麦茶 フルーツ 麦茶	バナナ 麦茶 マッシュポテト 麦茶	ハイハイン 麦茶 食パン 麦茶	ハイハイン 麦茶 デニッシュブレッド リンゴ ジュース	ハイハイン 麦茶 しらすごはん 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ヨーグルト おなか御飯 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	食パン
副食	鶏肉の照り焼き ほうれん草のナムル みそ汁 夏みかん	豚肉の野菜煮 きゅうりスティック 中華スープ バナナ	豚丼 ブロッコリーサラダ みそ汁 ヨーグルト	鮭の塩焼き ほうれん草とえのきのお浸し 豆腐すまし汁 グレープフルーツ	ハンバーグ ゆでかぼちゃ みそ汁 バナナ	鶏肉のやわらか煮 野菜のケチャップ煮 スープ ヨーグルト	そぼろ煮 キャベツのごま和え すまし汁 オレンジ	オムレツ きゅうりサラダ コーンスープ バナナ	ラーメン 麦茶 バナナ	焼きうどん きゅうりスティック スープ 夏みかん	鮭の塩焼き いんげんとささみのごま和え 麩のすまし汁 オレンジ	炒り豆腐 野菜スティック みそ汁 バナナ	鶏肉の野菜煮 白菜サラダ きのこスープ グレープフルーツ
お昼	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 油 ほうれん草 にんじん コーン缶 塩 ごま キャベツ えのきたけ カットわかめ 和風だしの素 みそ 夏みかん (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖 水	豚こま肉 たまねぎ 小松菜 しょうゆ 砂糖 油 きゅうり しょうゆ かつお節 酒 片栗粉 じゃがいも もやし たまねぎ 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) さつまいも	豚こま肉 たまねぎ 小松菜 えのきたけ にんじん ねぎ しょうが にんにく 油 しょうゆ 酒 片栗粉 ブロッコリー コーン缶 和風ドレッシング たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 バナナ たまねぎ チンゲン菜 カットわかめ 和風だしの素 みそ ヘビーダノン (おやつ) カスタードフッセ(市販) 幼児リンゴジュース	鮭 塩 ほうれん草 にんじん えのきたけ 和風だしの素 しょうゆ 木綿豆腐 チンゲン菜 カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ 塩 グレープフルーツ (おやつ) 豚こま肉 油 キャベツ ねぎ 小麦粉 水 かつお節 ケチャップ	豚こま肉 鶏ひき肉 たまねぎ コーン缶 塩 片栗粉 かぼちゃ たまねぎ 小松菜 カットわかめ えのきたけ 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) マンナウエハース(市販)	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 油 たまねぎ じゃがいも かぼちゃ にんじん ケチャップ 砂糖 塩 たまねぎ にんじん コーン缶 中華だしの素 塩 たまねぎ にんじん コーン缶 クリームコーン缶 中華だしの素 塩 ヘビーダノン (おやつ) バナナ みかん缶	豚ひき肉 たまねぎ にんじん 豚ひき肉 卵 塩 油 キャベツ にんじん ツナ油漬缶 砂糖 しょうゆ ごま チンゲン菜 たまねぎ えのきたけ にんじん 和風だしの素 しょうゆ オレンジ	たまねぎ にんじん 豚ひき肉 卵 塩 油 きゅうり キャベツ にんじん 塩 バナナ (おやつ) デニッシュブレッド(市販) 夏みかん (おやつ) 御飯 しらす しょうゆ	生中華種 豚こま肉 キャベツ たまねぎ にんじん ごま油 水 中華だしの素 しょうゆ 塩 バナナ (おやつ) デニッシュブレッド(市販) 夏みかん (おやつ) 御飯 しらす しょうゆ	ゆでうどん 豚こま肉 キャベツ たまねぎ にんじん 油 塩 しょうゆ かつお節 きゅうり しょうゆ にんじん 大根 中華だしの素 塩 オレンジ (おやつ) 小麥粉 砂糖 ベーキングパウダー	鮭 塩 いんげん にんじん ささみ しょうゆ 砂糖 ごま 麩 えのきたけ ねぎ 和風だしの素 しょうゆ オレンジ (おやつ) 小麥粉 砂糖 ベーキングパウダー	木綿豆腐 にんじん キャベツ たまねぎ ひじき 干ししいたけ 油 しょうゆ 砂糖 片栗粉 きゅうり 大根 しょうゆ えのきたけ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 御飯 しょうゆ かつお節	鶏もも肉 たまねぎ にんじん 小松菜 しょうゆ 砂糖 はくさい コーン缶 塩 えのきたけ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー にんじん
曜日	金	土	月	火	水	木	金	土	月	火	水	木	金
日	16	17	19	20	21	22	23	24	26	27	28	29	30
おやつ	10時 15時 ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 ホットケーキサンド リンゴ ジュース	チーズ 麦茶 バナナ 麦茶	ハイハイン 麦茶 ビーフン 麦茶	ヨーグルト 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナビスケット 麦茶	バナナ 麦茶 わかめ御飯 麦茶	ハイハイン 麦茶 いちごスペシャル	ハイハイン 麦茶 食パン 麦茶	ヨーグルト マカロニきな粉 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナウエハース 麦茶	ハイハイン 麦茶 蒸しパン 麦茶	ハイハイン 麦茶 マンナビスケット 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	たらの煮物 ポテトサラダ 野菜スープ ヨーグルト	中華丼 スープ チーズ	麻婆豆腐 きゅうりともやしの和え物 スープ ヨーグルト	オムレツ キャベツサラダ すまし汁 オレンジ	肉団子 納豆炒め すまし汁 バナナ	鮭のみそ焼き 野菜スティック すまし汁 ヨーグルト	豚肉の野菜煮 小松菜のツナ和え スープ 夏みかん	冷し中華 麦茶 グレープフルーツ	豆腐ハンバーグ マッシュポテト すまし汁 オレンジ	さわらのごま焼き 野菜炒め すまし汁 バナナ	鶏の海苔焼き きゅうりサラダ みそ汁 チーズ	鮭の塩焼き ほうれん草のお浸し すまし汁 ヨーグルト	豚肉のみそ煮 にんじんスティック スープ グレープフルーツ
お昼	たら しょうゆ 砂糖 油 じゃがいも きゅうり にんじん コーン缶 塩 キャベツ たまねぎ にんじん 中華だしの素 塩 ヘビーダノン (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖	御飯 豚こま肉 キャベツ たまねぎ にんじん たけのこ しいたけ しょうが にんにく ごま油 水 しょうゆ 塩 片栗粉 たまねぎ ねぎ さつまいも にんじん えのきたけ 中華だしの素 塩 チーズ (おやつ) ホットケーキサンド(市販) 幼児リンゴジュース	木綿豆腐 豚ひき肉 たまねぎ なす トマト 油 みそ しょうゆ 砂糖 片栗粉 たまねぎ にんじん えのきたけ 中華だしの素 塩 たまねぎ にんじん えのきたけ 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 豚こま肉 たまねぎ にんじん もやし 中華だしの素 塩 ビーフン	じゃがいも たまねぎ 卵 塩 キャベツ コーン缶 しょうゆ さつまいも にんじん たまねぎ 和風だしの素 しょうゆ オレンジ (おやつ) 豚こま肉 たまねぎ にんじん もやし 中華だしの素 塩 バナナ (おやつ) 小麦粉 ベーキングパウダー 砂糖	豚ひき肉 たまねぎ ねぎ 塩 片栗粉 油 ひきわり納豆 小松菜 コーン缶 しょうゆ 木綿豆腐 和風だしの素 みそ バナナ (おやつ) ベーキングパウダー 砂糖	鮭 砂糖 みそ 大根 にんじん しょうゆ えのきたけ ねぎ カットわかめ 和風だしの素 しょうゆ ヘビーダノン (おやつ) ごはん わかめ御飯の素	豚こま肉 じゃがいも たまねぎ にんじん しょうゆ 砂糖 小松菜 もやし にんじん ツナ油漬缶 しょうゆ 大根 にんじん はくさい 中華だしの素 (おやつ) ごはん わかめ御飯の素	冷し中華の素 きゅうり ハム 卵 中華種 グレープフルーツ (おやつ) いちごスペシャル(市販) 幼児リンゴジュース オレンジ	豚ひき肉 木綿豆腐 たまねぎ しょうゆ 砂糖 塩 キャベツ にんじん ねぎ 和風だしの素 しょうゆ バナナ オレンジ	さわら しょうゆ ごま キャベツ にんじん もやし 豚こま肉 塩 なす にんじん えのきたけ 和風だしの素 しょうゆ バナナ (おやつ) マカロニ きな粉 砂糖 塩	鶏もも肉 しょうゆ 砂糖 塩 焼き海苔 きゅうり にんじん コーン缶 しょうゆ 砂糖 大根 にんじん 和風だしの素 みそ バナナ チーズ	鮭 塩 ほうれん草 にんじん 和風だしの素 大根 ねぎ 和風だしの素 しょうゆ ヘビーダノン (おやつ) 小麦粉 砂糖 ベーキングパウダー	豚こま肉 たまねぎ にんじん もやし みそ 砂糖 にんじん しょうゆ じゃがいも もやし たまねぎ かっとうわかめ 中華だしの素 塩 グレープフルーツ

※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ります。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。

※ヨーグルトはヘ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：