

# 6月の離乳食献立表

日	曜日	初期食	中期食	後期食	午後食(おやつ)
1	木	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 すまし汁(豆腐) 赤魚の煮付け ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 すまし汁(豆腐) 赤魚の味噌煮 ほうれん草のごま和え・バナナ	ビスケット
2	金	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 人参のペースト	お粥 ミネストローネ風(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) 粉ふき芋 桃のコンポート	軟飯 ハッシュドビーフ風(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) 粉ふき芋 桃のコンポート	マカロニのあべかわ
3	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト キャベツのペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) ネーブル	小豆スコーン
5	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 コンソメスープ めんたいの煮付け キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 コンソメスープ めんたいのムニエル キャベツのサラダ・桃のコンポート	どら焼き (はちみつ無)
6	火	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 鶏肉団子の煮物 蒸し南瓜・バナナ	軟飯 味噌汁 鶏肉団子の揚げ煮 南瓜サラダ・バナナ	塩おむすび
7	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	お粥 中華スープ(春雨) 豚肉団子と野菜の煮物 スティック人参・ネーブル	軟飯 中華スープ(春雨) 豚肉団子と野菜の煮物 スティック人参・ネーブル	じゃが芋 ボンデケーキ
8	木	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のお浸し・桃のコンポート	ヨーグルト
9	金	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁 さけの味噌煮 ブロッコリーの柔らか煮・バナナ	軟飯 すまし汁 さけの味噌焼き ブロッコリーの胡麻和え・バナナ	お米せんべい
10	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 人参のペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	おからぼうろ
12	月	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) あんかけ豆腐ハンバーグ マカロニのクリーム煮・ネーブル	軟飯 味噌汁(キャベツ) 豆腐ハンバーグ マカロニのクリーム煮・ネーブル	ひじきクッキー
13	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(切干大根) 赤魚と野菜の煮物 スティックじゃが芋・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(切干大根) 赤魚と野菜の煮物 スティックじゃが芋・桃のコンポート	ビスケット
14	水	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ほうれん草のペースト	お粥 味噌汁 煮込みハンバーグ ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁 ハンバーグ ほうれん草のお浸し・バナナ	さけおむすび
15	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト トマトのペースト	お粥 すまし汁(もずく) めんたいと野菜の煮物 トマトの甘煮・桃のコンポート	軟飯 すまし汁(もずく) まぐろの野菜揚げ トマトの甘煮・桃のコンポート	コーン蒸しパン
16	金	すりつぶし粥 野菜スープ 南瓜のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(南瓜) 豚肉団子の煮物 キャベツの煮浸し	軟飯 味噌汁(南瓜) 豚肉団子の煮物 マッシュ大豆とキャベツのサラダ	ビスケット
17	土	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ほうれん草のペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) バナナ	トマトカップケーキ
19	月	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁 めんたいの煮付け キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 めんたいの煮付け キャベツのお浸し・桃のコンポート	お米せんべい
20	火	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁 鶏肉団子の煮物 ブロッコリーの柔らか煮・バナナ	軟飯 かき玉汁 マッシュ大豆入り鶏肉団子の煮物 ブロッコリーの磯和え・バナナ	豆乳パンケーキ
21	水	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ほうれん草のペースト	お粥 コンソメスープ 鶏肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し	軟飯 コンソメスープ 鶏肉団子の揚げ物 ほうれん草のごま和え	ぶどう
22	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(大根) めんたいの煮付け キャベツの煮浸し・ネーブル	軟飯 味噌汁(大根) めんたいの塩焼き キャベツのおかか和え・ネーブル	はったい粉
23	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 人参のペースト	お粥 すまし汁 豆腐の野菜あんかけ スティック人参・桃のコンポート	軟飯 すまし汁 凍り豆腐と野菜の煮物 スティック人参の胡麻和え・桃のコンポート	人参ドーナツ
24	土	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト なすのペースト	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・キャベツ・なす・豚ひき肉) バナナ	そぼろあんかけうどん (玉葱・人参・キャベツ・なす・豚ひき肉) バナナ	ごまクッキー
26	月	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁(大根) 鶏肉団子の煮物 ブロッコリーの柔らか煮・ネーブル	軟飯 味噌汁(大根) 鶏肉団子のみそ煮 ブロッコリーのお浸し・ネーブル	青菜おむすび
27	火	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト 人参のペースト	お粥 味噌汁(なす) めんたいの煮付け ひじきのお焼き	軟飯 味噌汁(なす) めんたいの天ぷら ひじきのお焼き	スイカ
28	水	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト 大根のペースト	お粥 すまし汁 豚肉団子の煮物 じゃが芋の煮物・バナナ	軟飯 すまし汁 豚肉団子の煮物 じゃが芋のおかか煮・バナナ	枝豆パンケーキ
29	木	すりつぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(豆腐) 赤魚の煮付け キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁(豆腐) 赤魚の煮付け キャベツのお浸し・桃のコンポート	りんごゼリー
30	金	すりつぶし粥 野菜スープ 豆腐のペースト 人参のペースト	お粥 中華スープ 豆腐のそぼろ煮 スティック人参・ネーブル	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 スティック人参・ネーブル	チーズトースト

◎発達に合わせて、材料、調理法、量、味を変えています。  
◎初期食の食材は、変わることがあります。  
◎食事とおやつの後にミルクを飲みます。