

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	土	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	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	豆腐ケーキ
3	月	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 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・桃のコンポート	軟飯 すまし汁 鶏肉団子の味噌煮 スティック人参・桃のコンポート	豆乳パンケーキ
4	火	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(キャベツ) 赤魚の煮付け スティックじゃが芋・バナナ	軟飯 味噌汁(キャベツ) 赤魚の竜田揚げ スティックじゃが芋・バナナ	蒸しパン
5	水	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 南瓜のそぼろ煮 キャベツの煮浸し・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 南瓜のそぼろ煮 キャベツのお浸し・桃のコンポート	きな粉ラスク
6	木	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(もずく) 煮込みハンバーグ ブロッコリーの柔らかか煮・ネーブル	軟飯 すまし汁(もずく) ハンバーグ ブロッコリーのお浸し・ネーブル	お米せんべい
7	金	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(切干大根) 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草の煮浸し・桃のコンポート	軟飯 すまし汁(切干大根) 凍り豆腐と野菜の煮物 ほうれん草の胡麻和え・桃のコンポート	塩おむすび
8	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・ブロッコリー・鶏肉団子) バナナ	おからポーロ
10	月	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	お粥 中華スープ(春雨) 豚肉団子と野菜の煮物 ブロッコリーの柔らかか煮・ネーブル	軟飯 中華スープ(春雨) 豚肉団子と野菜の煮物 ブロッコリーのお浸し・ネーブル	フライドポテト
11	火	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 ほうれん草の胡麻和え・桃のコンポート	ビスケット
12	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 すまし汁(ほうれん草) 鶏肉団子の煮物 スティック人参	軟飯 すまし汁(ほうれん草) 鶏肉団子の揚げ煮 スティック人参	バナナ
13	木	すりつぶし粥 野菜スープ じゃが芋のペースト キャベツのペースト	お粥 味噌汁(じゃが芋) 赤魚の煮付け キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(じゃが芋) 赤魚の煮付け キャベツのお浸し・バナナ	さけおむすび
14	金	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト 大根のペースト	お粥 コンソメスープ 鶏肉団子の煮物 スティック大根・ネーブル	軟飯 コンソメスープ 大豆入り鶏肉団子の煮物 スティック大根・ネーブル	ほうれん草のマフィン
15	土	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト 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) バナナ	煮込みうどん(玉葱・人参・キャベツ・鶏肉団子) バナナ	きな粉クッキー
17	月	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) さけの味噌煮 スティック人参・ネーブル	軟飯 すまし汁(豆腐) さけの味噌焼き スティック人参・ネーブル	バターラスク
18	火	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(なす) 鶏肉団子の煮物 ほうれん草の煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁(なす) 鶏肉団子の揚げ煮 ほうれん草の胡麻和え・バナナ	人参蒸しパン
19	水	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・桃のコンポート	軟飯 中華スープ 麻婆豆腐 スティック人参・桃のコンポート	ビスケット
20	木	すりつぶし粥 野菜スープ 鶏ささ身のペースト じゃが芋のペースト	お粥 ポトフ(玉葱・人参・じゃが芋・鶏肉団子) キャベツの煮浸し バナナ	軟飯 カレー(玉葱・人参・じゃが芋・鶏肉団子) キャベツのサラダ バナナ	マカロニのあべかわ
21	金	すりつぶし粥 野菜スープ キャベツのペースト ブロッコリーのペースト	お粥 味噌汁 たらの煮付け ブロッコリーの柔らかか煮・桃のコンポート	軟飯 味噌汁 たらの塩焼き ブロッコリーのおかか和え・桃のコンポート	おむすび
22	土	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	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	煮込みうどん(玉葱・人参・ほうれん草・鶏肉団子) ネーブル	小豆スコーン
24	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 煮込み豆腐ハンバーグ キャベツの煮浸し・バナナ	軟飯 味噌汁 豆腐ハンバーグ キャベツのお浸し・バナナ	蒸しパン
25	火	すりつぶし粥 野菜スープ ブロッコリーのペースト トマトのペースト	お粥 すまし汁 たらの煮付け トマトの甘煮・桃のコンポート	軟飯 すまし汁 たらの天ぷら トマトの甘煮・桃のコンポート	はったい粉
26	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 味噌汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・ネーブル	軟飯 味噌汁 豚肉団子の煮物 スティック人参・ネーブル	青菜おむすび
27	木	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 コンソメスープ 鶏肉団子の煮物 蒸し南瓜・桃のコンポート	軟飯 コンソメスープ 鶏肉団子の甘辛煮 南瓜サラダ・桃のコンポート	きな粉パンケーキ
28	金	すりつぶし粥 野菜スープ 人参のペースト ブロッコリーのペースト	お粥 すまし汁 赤魚の煮付け ブロッコリーのお浸し	軟飯 かき玉汁 赤魚の煮付け ブロッコリーのお浸し	すいか
29	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

◎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。

◎食事とおやつ後にミルクを飲みます。