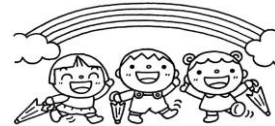




6月 幼児食献立表



社会福祉法人希福社会 ママサポート

日付	午前おやつ	献立名	午後おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
				血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1火	保育乳	ごはん マーボー茄子 春雨の酢の物 中華風スープ	レーズンクッキー みかん缶	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、ハム、卵、○卵	米、三温糖、油、片栗粉、はるさめ、ごま油、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖	なす、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、きゅうり、クリームコーン缶、ねぎ、○レーズン、○みかん缶
2水	保育乳	麦ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根サラダ アーサ汁	りんご蒸しケーキ パイ缶	牛乳、さけ、みそ、ツナ油漬缶、あおさ、絹ごし豆腐、○調製豆乳、○卵	米、押麦、マヨネーズ、三温糖、○ホットケーキ粉、○三温糖、○油	切干しだいこん、きゅうり、にんじん、○りんご、○パイ缶
3木	保育乳	もずくどんぶり 豆腐とわかめのみそ汁 オレンジ	カレーおにぎり	牛乳、もずく、豚ひき肉、絹ごし豆腐、みそ、カットわかめ、○豚肉	米、三温糖、片栗粉、○米	コーン缶、にんじん、いんげん、こまつな、ねぎ、オレンジ、○たまねぎ、○にんじん
4金	保育乳	あわごはん 白身魚のオーロラ煮 キャベツのツナサラダ じゃがいものみそ汁	芋と野菜のかき揚げ オレンジ	牛乳、白身魚、ツナ油漬缶、油揚げ、みそ、○しらす干し	米、あわ、小麦粉、片栗粉、マヨネーズ、三温糖、じゃがいも、○小麦粉、○さつまいも、○油	キャベツ、きゅうり、こまつな、しめじ、○にんじん、○コーン缶、○オレンジ
5土		豚玉どんぶり 大根スープ	クリームパン 豆乳	豚肉、卵、○調製豆乳	米、○クリームパン	たまねぎ、ごぼう、しめじ、にんじん、だいこん、こまつな、干しいたけ
7月	豆乳	ごはん ピーマンの細切り炒め 和風スパゲッティサラダ わかめのみそ汁	きなこトースト	調製豆乳、豚肉、ツナ油漬缶、カットわかめ、絹ごし豆腐、みそ、○きなこ	米、片栗粉、三温糖、サラダスパゲッティ、○食パン、○無塩バター、○三温糖	ピーマン、黄パプリカ、にんじん、きゅうり、しめじ、ねぎ
8火	豆乳	麦ごはん おかか納豆 さけの西京焼き ひじきの和え物 キャベツスープ	さつまいもクッキー みかん缶	調製豆乳、さけ、みそ、ごま、ひきわり納豆、花かつお、ひじき、油揚げ、○卵、○黒ごま、○調製豆乳	米、押麦、三温糖、○小麦粉、○さつまいも、○無塩バター、○三温糖	こまつな、もやし、にんじん、キャベツ、えのきたけ、○みかん缶
9水	豆乳	ごはん チキンのレモン和え ジャーマンポテト 大根のみそ汁	ほうれんそうケーキ パイ缶	調製豆乳、鶏もも肉、ベーコン、みそ、○卵、○調製豆乳	米、片栗粉、油、三温糖、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、だいこん、こまつな、レモン果汁、○ほうれんそう、○バナナ、○パイ缶
10木	豆乳	😊お弁当会😊	せんべい バナナ 豆乳	○調製豆乳		○バナナ
11金	豆乳	肉わかめうどん 野菜炒め ちくわの磯辺揚げ	鮭青菜おにぎり	調製豆乳、カットわかめ、豚肉、ベーコン、ちくわ、あおのり	ゆでうどん、三温糖、油、小麦粉、○米	ねぎ、キャベツ、たまねぎ、にんじん、○鮭青菜ふりかけ
12土		マーボー豆腐どんぶり 野菜春雨スープ	ビスコ ヨーグルト(黄桃) 豆乳	木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、○ヨーグルト、○調製豆乳	米、油、三温糖、はるさめ、片栗粉	にんじん、ねぎ、干しいたけ、キャベツ、こまつな、コーン缶、○もも缶
14月	保育乳	ごはん 酢豚 春雨サラダ トマトスープ	ごまスコーン バナナ	牛乳、豚肉、黒さくらげ、鶏ひき肉、○卵、○ごま、○ヨーグルト	米、片栗粉、油、三温糖、はるさめ、ごま油、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、にんじん、ピーマン、パイ缶、干しいたけ、きゅうり、キャベツ、トマト缶、○バナナ
15火	保育乳	麦ごはん さけのマヨチーズコーン きんぴらごぼう 豚汁	ココアちんすこう みかん缶	牛乳、さけ、粉チーズ、豚肉、油揚げ、みそ、ごま、ちくわ、○ビュアココア	米、押麦、マヨネーズ、三温糖、ごま油、○小麦粉、○三温糖、○油	コーン缶、だいこん、にんじん、ごぼう、ねぎ、○みかん缶
16水	保育乳	ごはん 松風焼き キャベツとひじき炒め きのこスープ	マドレーヌ パイ缶	牛乳、鶏ひき肉、みそ、ごま、ひじき、絹ごし豆腐、カットわかめ、○牛乳、○卵	米、パン粉、三温糖、油、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、赤パプリカ、しめじ、えのきたけ、○パイ缶
17木	保育乳	ごはん 白身魚の竜田揚げ 豚肉の中華炒め キャベツのみそ汁	かぼちゃの包み揚げ オレンジ	牛乳、白身魚、豚肉、黒さくらげ、みそ、○チーズ	米、片栗粉、油、○春巻きの皮、○三温糖、○油	にんじん、黄パプリカ、赤パプリカ、しめじ、キャベツ、こまつな、○かぼちゃ、○オレンジ
18金	保育乳	チキンカレー ブロッコリーサラダ ヨーグルト(みかん)	青菜しらすおにぎり	牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、ヨーグルト、○しらす干し、○ごま	米、じゃがいも、○米	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、ブロッコリー、みかん缶、○大根葉ふりかけ
19土		豚のしょうが焼きどんぶり 豆腐と青菜のスープ	スティックパン 豆乳	豚肉、絹ごし豆腐、カットわかめ、○調製豆乳	米、三温糖、○スティックパン	たまねぎ、ピーマン、にんじん、こまつな、ねぎ
21月	豆乳	ごはん 豆腐と豚肉のうま煮 もやしのナムル 青菜のみそ汁	ジャムパン	調製豆乳、豚肉、木綿豆腐、みそ	米、ごま油、片栗粉、三温糖、○食パン	干しいたけ、はくさい、もやし、にんじん、きゅうり、こまつな、しめじ、ねぎ、○いちごジャム
22火	豆乳	麦ごはん さけのムニエル 大根と人参の炒め物 野菜スープ	にんじんクッキー みかん缶	調製豆乳、さけ、○卵、○調製豆乳	米、押麦、小麦粉、無塩バター、油、三温糖、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖	だいこん、にんじん、ピーマン、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ、○にんじん、○みかん缶
23水	豆乳	ごはん タンドリーチキン ゴーヤチャンプルー イナムドゥチ	黒糖バナナケーキ パイ缶	調製豆乳、鶏もも肉、ヨーグルト、木綿豆腐、卵、豚肉、カステラかまぼこ、イナムドゥチみそ、○卵	米、パン粉、油、イナムドゥチこんにやく、○ホットケーキ粉、○無塩バター、○三温糖、○黒砂糖	ゴーヤ、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、○バナナ、○パイ缶
24木	豆乳	ごはん 白身魚のオーロラ煮 キャベツのツナサラダ じゃがいものみそ汁	アップルパイ オレンジ	調製豆乳、白身魚、ツナ油漬缶、油揚げ、みそ	米、片栗粉、小麦粉、マヨネーズ、油、三温糖、じゃがいも、○春巻きの皮、○三温糖、○無塩バター、○油	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、○りんご、○レモン果汁、○シナモン、○オレンジ
25金	豆乳	ふりかけごはん マカロニグラタン ごぼうとブロッコリーのサラダ パンブキンスープ	フルーツサンド	調製豆乳、鶏もも肉、生クリーム、ハム、ごま	米、マカロニ、小麦粉、無塩バター、パン粉、マヨネーズ、○食パン	にんじん、大根葉ふりかけ、パセリ粉、ごぼう、ブロッコリー、かぼちゃ、たまねぎ、クリームコーン缶、○パイ缶、○もも缶、○バナナ、○いちごジャム
26土		クリームシチュー コールスローサラダ	わかめおにぎり	鶏もも肉、調製豆乳、ハム	米、じゃがいも、油、三温糖、○米	たまねぎ、にんじん、コーン缶、いんげん、キャベツ、○炊き込みわかめ
28月	保育乳	ごはん ピーマンの細切り炒め 和風スパゲッティサラダ わかめのみそ汁	ジャムスコーン バナナ	調製豆乳、豚肉、ツナ油漬缶、カットわかめ、絹ごし豆腐、みそ、○ヨーグルト、○卵	米、片栗粉、三温糖、サラダスパゲッティ、○強力粉、○無塩バター、○三温糖	ピーマン、黄パプリカ、にんじん、きゅうり、しめじ、ねぎ、○マーメレード、○バナナ
29火	保育乳	麦ごはん 鮭のみそマヨ焼き 切干大根サラダ アーサ汁	チーズクッキーパー みかん缶	牛乳、さけ、みそ、ツナ油漬缶、あおさ、絹ごし豆腐、○牛乳、○粉チーズ、○卵	米、押麦、マヨネーズ、三温糖、○小麦粉、○無塩バター、○三温糖	切干しだいこん、きゅうり、にんじん、○みかん缶
30水	保育乳	ごはん マーボー茄子 春雨の酢の物 中華風スープ	さつまいも蒸しケーキ パイ缶	牛乳、木綿豆腐、豚ひき肉、みそ、ハム、卵、○卵、○牛乳	米、三温糖、油、片栗粉、はるさめ、ごま油、○ホットケーキ粉、○三温糖、○さつまいも、○油	なす、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、きゅうり、クリームコーン缶、ねぎ、○パイ缶

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



6月離乳食こんだて表①



社会福祉法人希福社会 ママサポート

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 クリームコン スープ(薄)	ミルク、豆 腐、豚ひき肉	米、三温糖、 片栗粉、はる さめ、小麦 粉、無塩パ ター	なす、にんじん、たまね ぎ、長ねぎ、きゅうり、ク リームコン缶、ねぎ、 レーズン
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク レーズンソフトクッキー			
2	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ブロッコリーキャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 アーサ汁 (薄)	ミルク、白身 魚、さけ、豆 腐、あおさ、 豆乳	米、三温糖、 ホットケーキ 粉	切干しいんご、きゅうり、 にんじん、ブロッコリー、か ぼちゃ、りんご
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク りんごケーキ			
3	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 わかめのみそ 汁(薄)	ミルク、もず く、豚ひき肉、 豆腐、みそ、 カットわかめ	米、片栗粉	にんじん、こまつな、ね ぎ、いんげん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
4	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜トマトペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 じゃがいもの みそ汁(薄)	ミルク、白身 魚、みそ	米、片栗粉、 じゃがいも、 さつまいも	キャベツ、きゅうり、こまつ な、しめじ、にんじん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
5	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 大根スープ(薄)	ミルク、豆 腐、豚肉	米	たまねぎ、ごぼう、しめじ、 にんじん、だいこん、こまつ な、干しいたけ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
7	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参かぼチャブロッコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 わかめのみそ 汁(薄)	ミルク、豆 腐、豚肉、 カットわか め、みそ、き なこ	米、片栗粉、 三温糖、食パ ン、無塩パ ター	ピーマン、黄パプリカ、に んじん、きゅうり、しめじ、 ねぎ、かぼちゃ、ブロッ コリー
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク きなこクリームパン			
8	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 キャベツス ープ(薄)	ミルク、白身 魚、さけ、豆 乳	米、三温糖、 小麦粉、さつ まいも、無塩 バター	こまつな、もやし、にんじ ん、キャベツ、えのきたけ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク さつまいもソフトクッキー			
9	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参大根タマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 大根のみそ汁 (薄)	ミルク、豆 腐、鶏もも 肉、みそ、豆 乳	米、片栗粉、 三温糖、じゃ がいも、ホッ トケーキ粉、無 塩バター	たまねぎ、にんじん、ピー マン、だいこん、こまつな、 ほうれんそう、バナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク ほうれんそうケーキ			
10	木	お弁当会	お弁当会	お弁当会	お弁当会	ミルク		バナナ
		ミルク せんべい バナナ	ミルク せんべい バナナ	ミルク せんべい バナナ	ミルク せんべい バナナ			
11	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツタマネギペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	肉わかめうどん(薄) 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮	ミルク、豚 肉、豆腐、 カットわかめ	米、ゆでうど ん	ねぎ、キャベツ、たまね ぎ、にんじん
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
12	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 野菜春雨ス ープ(薄)	ミルク、豆 腐、豚ひき 肉、ヨーグル ト	米、片栗粉、 はるさめ、三 温糖	にんじん、ねぎ、干しい たけ、キャベツ、こまつな
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク せんべい ヨーグルト(三温糖)	ミルク せんべい ヨーグルト(三温糖)			
14	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ 煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 トマトス ープ(薄)	ミルク、豚 肉、鶏ひき 肉、さくらげ	米、片栗粉、 三温糖、無塩 バター、小麦 粉	たまねぎ、にんじん、ピー マン、干しいたけ、きゅう り、キャベツ、トマト缶、バ ナナ
		ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	ミルク ソフトクッキー バナナ(きざみ)			
15	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根ペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付 け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 豚汁(薄)	ミルク、さけ、 豚肉、みそ	米	だいこん、にんじん、ごぼ う、ねぎ
		ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



※15日以降は裏面



6月離乳食こんだて表②



社会福祉法人希福社会 ママサポート

日付	曜日	5,6か月頃	7,8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくなる食物
16	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参たまねぎキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ 煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 きのことスープ (薄) ミルク ホットケーキ	ミルク、豆腐、鶏ひき肉、カットわかめ、牛乳	米、ホットケーキ粉、無塩バター、三温糖	たまねぎ、キャベツ、にんじん、赤パプリカ、しめじ、えのきたけ
17	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 キャベツのみそ汁(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身魚、豚肉、きくらげ、みそ	米、片栗粉	にんじん、赤パプリカ、黄パプリカ、しめじ、キャベツ、こまつな
18	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参ホトトギスローリエペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん チキンカレー(薄) 野菜柔らか煮 ヨーグルト ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、鶏もも肉、ヨーグルト	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ピーマン、しめじ、ブロッコリー
19	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜たまねぎペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜スープ(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、豚肉、カットわかめ	米	たまねぎ、ピーマン、にんじん、こまつな、ねぎ
21	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参青菜白菜ペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 青菜のみそ汁(薄) ミルク スティック食パン	ミルク、豆腐、豚肉、みそ	米、片栗粉、食パン	干しいたけ、ほくさい、もやし、にんじん、きゅうり、こまつな、しめじ、ねぎ
22	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参大根たまねぎペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 野菜スープ(薄) ミルク にんじんソフトクッキー	ミルク、白身魚、さけ、豆乳	米、小麦粉、無塩バター、三温糖	だいこん、にんじん、ピーマン、ほうれんそう、たまねぎ、キャベツ
23	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参たまねぎペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 イナムドゥチ(薄) ミルク バナナケーキ	ミルク、鶏肉、豆腐、豚肉、イナムドゥチみそ、豆乳	米、ホットケーキ粉、無塩バター、三温糖	ゴーヤ、にんじん、たまねぎ、干しいたけ、バナナ
24	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ りんご(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ りんご(きざみ)	軟飯→ごはん 魚の煮付け 野菜柔らか煮 じゃがいものみそ汁(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり りんご(きざみ)	ミルク、白身魚、みそ	米、片栗粉、じゃがいも	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、りんご
25	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参かぼチャブローコリーペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	軟飯→ごはん 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 パンプキンスープ(薄) ミルク スティック食パン バナナ(きざみ)	ミルク、豆腐、鶏もも肉	米、食パン	にんじん、ごぼう、ブロッコリー、かぼちゃ、たまねぎ、クリームコーン缶、バナナ
26	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参たまねぎペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 鶏肉の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん クリームシチュー(薄) 野菜柔らか煮 ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、鶏もも肉、豆乳	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、いんげん、キャベツ
28	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参かぼチャキャベツペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ バナナ(きざみ)	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 わかめのみそ汁(薄) ミルク 野菜がゆ→おにぎり バナナ(きざみ)	ミルク、豆腐、豚肉、カットわかめ、みそ	米、片栗粉	ピーマン、黄パプリカ、にんじん、きゅうり、しめじ、ねぎ、かぼちゃ、キャベツ、バナナ
29	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参ブローコリーかぼチャペースト	7倍がゆ 魚の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 さけの煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん さけの煮付け 野菜柔らか煮 アーサ汁(薄) ミルク ソフトクッキー	ミルク、白身魚、さけ、豆腐、あおさ、牛乳	米、三温糖、小麦粉、無塩バター	切干しいたけ、きゅうり、にんじん、ブロッコリー、かぼちゃ
30	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参たまねぎペースト	7倍がゆ 豆腐の煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 クリームコーンスープ(薄) ミルク さつまいもケーキ	ミルク、豆腐、豚ひき肉、牛乳	米、三温糖、片栗粉、はるさめ、ホットケーキ粉、さつまいも	なす、にんじん、たまねぎ、長ねぎ、きゅうり、クリームコーン缶、ねぎ

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

