



6月離乳食献立表

2020. 6. 1

たかさご保育園キッチン

日	曜	前期食期 (10:00~)	中期~後期食期 午前 (10:00~)	完了食期 (10:30~)	中期~後期食期 午後 (14:00~)	完了食期おやつ (14:30~)
1 15 29	月	かゆ 煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(キャベツ オクラ) 味噌汁(大根 人参)	軟飯 煮魚 煮浸し 大根と人参の味噌汁 ジャーマンポテト	かゆ じゃが芋の煮物(じゃがいも) かじき入りスープ (かじき 人参 大根 長ねぎ)	かじき雑炊 牛乳 果物
2 16 30	火	かゆ トマト煮 (人参玉ねぎじゃが芋トマト) 野菜スープ	かゆ 豚肉と野菜のトマト煮 (豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト) 野菜スープ(もやし 人参 えのき)	軟飯 豚肉と野菜のトマト煮 えのきともやしの野菜スープ ブロッコリーソテー	かゆ ゆでブロッコリー 白身魚入りスープ (白身魚 人参 大根 長ねぎ)	白身魚雑炊 牛乳 果物
3	水	かゆ 煮魚 煮物 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(玉ねぎ 人参) 味噌汁(大根 いんげん)	軟飯 煮魚 煮物 すまし汁 ウインナーソテー	かゆ 煮浸し(小松菜 人参) たら入りスープ (たら 人参 大根 長ねぎ)	たら雑炊 牛乳 果物
4 18	木	かゆ 煮魚 煮物 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(じゃが芋 人参) 味噌汁(玉ねぎ 大根)	軟飯 煮魚 煮物 玉ねぎと人参の味噌汁 大根の甘煮	かゆ 煮物(豆腐) さつまいも入りスープ (さつまいも 人参 玉ねぎ 長ねぎ)	さつまいも雑炊 牛乳 果物
5	金	かゆ 煮魚 煮物 味噌汁	かゆ 煮魚(生鮭) 煮物(かぼちゃ) 味噌汁(人参 キャベツ)	軟飯 煮魚 煮物 具たくさん味噌汁 マカロニケチャップ煮	かゆ 煮物(えのき 人参 玉ねぎ) 野菜スープ (鶏ひき肉 人参 大根 長ねぎ)	鶏雑炊 牛乳 果物
6 20	土	かゆ 野菜の煮物 (人参玉ねぎほうれん草) 野菜スープ	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ほうれん草) 野菜スープ(キャベツ 玉ねぎ 人参)	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ 粉ふき芋	野菜雑炊 (キャベツ 人参 玉ねぎ)	野菜雑炊 牛乳
8 22	月	かゆ 煮魚 煮物 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮物(ひじき 人参) 味噌汁(豆腐 玉ねぎ)	軟飯 煮魚 煮物 豆腐となめこの味噌汁 かき揚げ	かゆ スティック野菜(大根 人参) 洋風スープ (生鮭 人参 玉ねぎ ピーマン)	洋風雑炊 牛乳 果物
9 23	火	かゆ 野菜の煮物 (豆腐 人参 玉ねぎ) かぶのスープ	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉 豆腐 人参 玉ねぎ) かぶのスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 かぶのスープ 鮭のバター焼き	かゆ おかか煮(もやし 人参) 味噌汁 (かじき 人参 大根 長ねぎ)	味噌雑炊 牛乳 果物
10 24	水	かゆ 煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(キャベツ 玉ねぎ) 味噌汁(大根 人参)	軟飯 煮魚 煮浸し 大根と油揚げの味噌汁 さつまいもの天ぷら	かゆ さつまいもの甘煮(さつまいも) 野菜スープ (人参 大根 長ねぎ)	おかか雑炊 牛乳 果物
11 25	木	かゆ 豆腐と野菜の煮物 味噌汁	かゆ 豆腐と野菜の煮物 (豆腐 人参 玉ねぎ キャベツ) 味噌汁(かぼちゃ オクラ)	軟飯 豆腐と野菜の煮物 かぼちゃの煮物 りんごの甘煮	かゆ 煮浸し(キャベツ 人参) 鮭入りスープ (生鮭 人参 玉ねぎ 長ねぎ)	鮭雑炊 牛乳 果物
12 26	金	かゆ 野菜の煮物 (キャベツ 椎茸 人参) 野菜スープ	かゆ 豚肉と野菜の煮物 (豚ひき肉 キャベツ 椎茸 人参) 野菜スープ(人参 玉ねぎ わかめ)	軟飯 豚肉と野菜の煮物 野菜入りわかめスープ 煮魚(かじき)	かゆ スティックポテト(じゃが芋) しらす入りスープ (しらす 人参 大根 長ねぎ)	しらす雑炊 牛乳 果物
13 27	土	かゆ 煮魚 さつまいもの甘煮 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) さつまいもの甘煮(さつまいも) 味噌汁(玉ねぎ 人参)	軟飯 煮魚 さつまいもの甘煮 たまねぎとベーコンのスープ スティックチーズ	野菜雑炊 (人参 玉ねぎ しめじ)	野菜雑炊 牛乳
17	水	かゆ 煮魚 煮浸し 味噌汁	かゆ 煮魚(白身魚) 煮浸し(ほうれん草 人参) 味噌汁(茄子 玉ねぎ)	軟飯 煮魚 煮浸し 茄子の味噌汁 さつまいもとりんごのバター煮	かゆ ジャーマンポテト風(じゃが芋 玉ねぎ) たら入りスープ (たら 人参 大根 長ねぎ)	たら雑炊 牛乳 果物
19	金	かゆ 煮魚 おかか煮 味噌汁	かゆ 煮魚(生鮭) おかか煮(もやし 人参) 味噌汁(キャベツ 玉ねぎ)	軟飯 煮魚 おかか煮 キャベツの味噌汁 煮豆	かゆ 煮浸し(人参 玉ねぎ) 野菜スープ (鶏ひき肉 人参 大根 長ねぎ)	鶏雑炊 牛乳 果物

※都合により、メニュー、材料が変更になる場合があります。