



# 6月離乳食献立表



	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
1月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 じゃが芋の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 じゃが芋・人参・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌
2火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 すまし汁	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 えのき・玉葱・豆腐・わかめ・葱・醤油
3水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 冬瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 冬瓜の味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 冬瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
4木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 小松菜・玉葱・豆腐・醤油	米粥 カレイのねぎ焼き 野菜の煮物 小松菜の味噌汁	米 カレイ・葱・醤油・酒・みりん 人参・醤油・砂糖 小松菜・えのき・玉葱・豆腐・葱・味噌
5金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 キャベツ・人参・玉葱・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 えのきスープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 えのき・キャベツ・人参・玉葱・中華だし・塩
6土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 もやしの味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 もやし・人参・玉葱・わかめ・葱・味噌
8月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 なす・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・チンゲン菜・醤油・砂糖 なす・玉葱・わかめ・醤油
9火	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鮭の西京焼き 野菜の煮物 スープ	米 鮭・味噌・みりん・砂糖・マヨネーズ 人参・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油
10水	米粥 金時豆の煮物 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・人参・玉葱・醤油	米粥 金時豆煮 野菜の煮物 スープ	米 金時豆・砂糖・醤油 人参・キャベツ・醤油・砂糖 わかめ・人参・玉葱・醤油
11木	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 南瓜の煮物 キャベツの味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・砂糖・醤油 キャベツ・えのき・玉葱・わかめ・葱・味噌
12金	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 キャベツ・玉葱・わかめ・醤油	米粥 ピザハンバーグ 野菜の煮物 なめこ汁	米 合挽肉・玉葱・ピーマン・とうもろこし・塩・パン粉・ピザチーズ・ケチャップ・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 なめこ・玉葱・豆腐・わかめ・葱・味噌
13土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・わかめ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 麩の味噌汁	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 汁麩・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
15月	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 豆腐の味噌汁	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・ほうれん草・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌

	中期		後期	
	献立名	材料名	献立名	材料名
16火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみの煮物 じゃが芋のおかか煮 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 じゃが芋・酒・砂糖・醤油・かつお節 玉葱・キャベツ・わかめ・醤油
17水	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖 人参・なす・醤油・砂糖 おくら・玉葱・豆腐・醤油	米粥 鶏のねぎマヨ焼き 野菜の煮物 おくらの味噌汁	米 鶏もも肉・マヨネーズ・醤油・みりん・葱 人参・なす・醤油・砂糖 おくら・人参・玉葱・豆腐・えのき・葱・味噌
18木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・キャベツ・醤油	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・ブロッコリー・醤油・砂糖 じゃが芋・玉葱・キャベツ・醤油
19金	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・人参・醤油	米粥 鶏レバーの甘辛煮 野菜の煮物 スープ	米 鶏レバー・ごま油・生姜・砂糖・醤油・酒 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・玉葱・人参・醤油
20土	米粥 煮込みうどん じゃこ煮 野菜の煮物	米 うどん・玉葱・キャベツ・人参・醤油 しらす・醤油・砂糖 じゃが芋・ブロッコリー・醤油・砂糖	米粥 煮込みうどん じゃこ煮 野菜の煮物	米 うどん・玉葱・キャベツ・人参・醤油 しらす・醤油・砂糖 じゃが芋・ブロッコリー・醤油・砂糖
22月	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 スープ	米 汁麩・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・豆腐・醤油	米粥 麩の煮物 野菜の煮物 しめじの味噌汁	米 汁麩・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 しめじ・玉葱・キャベツ・豆腐・葱・味噌
23火	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 人参・醤油・砂糖 玉葱・豆腐・わかめ・醤油	米粥 鶏ささみのチーズフライ 野菜の煮物 にらの味噌汁	米 鶏ささみ・マヨネーズ・塩・粉チーズ・パン粉・油・ケチャップ・ウスター 人参・醤油・砂糖 にら・玉葱・えのき・もやし・豆腐・味噌
24水	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・南瓜・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 南瓜のチーズ焼き スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 南瓜・ピザチーズ・パセリ粉 玉葱・人参・わかめ・醤油
25木	米粥 白身魚の煮物 野菜の煮物 スープ	米 カレイ・醤油・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・わかめ・醤油	米粥 カレイのしそ焼き 野菜の煮物 南瓜の味噌汁	米 カレイ・大葉・醤油・酒・みりん・砂糖 人参・キャベツ・醤油・砂糖 南瓜・玉葱・えのき・わかめ・葱・味噌
26金	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・キャベツ・醤油	米粥 豆腐の煮物 野菜の煮物 スープ	米 豆腐・醤油・砂糖 人参・じゃが芋・醤油・砂糖 玉葱・人参・キャベツ・醤油
27土	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油	米粥 じゃこ煮 野菜の煮物 スープ	米 しらす・醤油・砂糖 人参・醤油・砂糖 玉葱・人参・わかめ・醤油
29月	米粥 鶏ささみの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏ささみ・醤油・砂糖・片栗粉 さつま芋・醤油・砂糖 玉葱・キャベツ・人参・醤油	米粥 鶏の甘酢照り焼き 野菜の煮物 さつま芋の味噌汁	米 鶏もも肉・砂糖・酒・酢・みりん・醤油 さつま芋・醤油・砂糖 さつま芋・玉葱・キャベツ・人参・葱・味噌
30火	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・胡瓜・わかめ・醤油	米粥 鶏だんごの煮物 野菜の煮物 人参スープ	米 鶏挽肉・醤油・砂糖・片栗粉 人参・キャベツ・醤油・砂糖 豆腐・人参・えのき・わかめ・葱・バター・コンソメ・塩

★献立内容や材料の変更がある場合がありますので、あらかじめご了承ください。  
 ★マヨネーズは卵不使用のものを使用しています。  
 ★今日は旬の食材としてなす、冬瓜、おくら、南瓜、胡瓜などを取り入れています。  
 ★調味料の中の「酒」は料理酒（アルコール度12%）を使用しています。