

6月



離乳食メニュー



七飯ほんちょう
保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
1水	牛乳 ごはん 中華風コーンスープ マーボーなす 春雨サラダ もも缶 牛乳 人参カップケーキ	ごはん 人参のかき玉汁 なすのそぼろ煮 春雨のあえもの くだもの 人参のホットケーキ	ミルク 全がゆ 人参のだし汁 なすのそぼろ煮 きゅうりともやしのやわらか煮 くだもの	ミルク 五分がゆ 人参のだし汁 なすと豆腐ののろろ煮 きゅうりともやしのやわらか煮 くだもの
2木	牛乳 パン 野菜スープ タンドリーチキン スイートポテトサラダ いちご 牛乳 ももとカルピスのムース	パン 野菜スープ 鶏ささみのトマト煮 さつまいものあえもの いちご くだもの	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 鶏ささみのトマト煮 さつまいものやわらか煮 いちご	ミルク パンがゆ ほうれん草のだし汁 白身魚のトマト煮 さつまいものやわらか煮 いちご
3金	牛乳 ごはん 五目みそ汁 白身魚のきのこがけ ひじきとほうれん草のサラダ キウイフルーツ 牛乳 チーズ蒸しパン	ごはん 五目みそ汁 白身魚のきのこあんかけ ほうれん草のあえもの キウイフルーツ 蒸しパン	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚ののろろ煮 ほうれん草のやわらか煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚ののろろ煮 ほうれん草のやわらか煮 くだもの
4土	牛乳 豆乳ココア 中華丼 たまごスープ フルーツカクテル 牛乳 黒糖ロール	ごはん 白菜のそぼろあんかけ たまごスープ くだもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ 白菜のそぼろあんかけ 人参のだし汁 くだもの	ミルク 五分がゆ 豆腐と白菜ののろろ煮 人参のだし汁 くだもの
5日				
6月	牛乳 ごはん かに豆腐汁 ビーマンの細切り炒め えびマヨネーズ パイン缶 牛乳 ツナパン	ごはん 豆腐のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 人参と春雨のあえもの くだものホットケーキ	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 人参ののろろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ 豆腐のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 人参ののろろ煮 くだもの
7火	牛乳 ごはん キャベツとえのきのみそ汁 さばの塩焼き 筑前煮 りんご 牛乳 さつまいもスティック	ごはん キャベツとえのきのみそ汁 白身魚ののろろ煮 ごぼうと人参のやわらか煮 りんご さつまいもの甘煮	ミルク 全がゆ キャベツのだし汁 白身魚ののろろ煮 人参のやわらか煮 りんご	ミルク 五分がゆ キャベツのだし汁 白身魚ののろろ煮 人参のやわらか煮 りんご
8水	牛乳 ごはん じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 厚揚げのみそ炒め ほうれん草のサラダ バナナ 牛乳 フルーツゼリー	ごはん じゃが芋と玉ねぎのみそ汁 豆腐のみそ煮 ほうれん草のあえもの バナナ くだもの	ミルク 全がゆ じゃが芋と玉ねぎのだし汁 豆腐ののろろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ	ミルク 五分がゆ じゃが芋と玉ねぎのだし汁 豆腐ののろろ煮 ほうれん草のやわらか煮 バナナ
9木	牛乳 食パン マカロニスープ ナゲット 白菜とハムのサラダ みかん缶 牛乳 焼きおにぎり	食パン マカロニスープ 鶏団子のやわらか煮 白菜のあえもの くだもの おにぎり	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 鶏団子のやわらか煮 白菜ののろろ煮 くだもの	ミルク パンがゆ キャベツのだし汁 豆腐のやわらか煮 白菜ののろろ煮 くだもの
10金	牛乳 ごはん どさんこ汁 赤魚とごぼうの煮つけ きゅうりの酢の物 キウイフルーツ 牛乳 ホットケーキ	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのあえもの キウイフルーツ ホットケーキ	ミルク 全がゆ 野菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのあえもの キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 野菜のだし汁 白身魚のやわらか煮 きゅうりのあえもの くだもの
11土	牛乳 豆乳ココア ホワイトシチューライス コールスローサラダ オレンジ 牛乳 ハムサンド	ごはん ミルクシチュー キャベツのあえもの オレンジ ジャムサンド	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツののろろ煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー キャベツののろろ煮 オレンジ
12日				
13月	牛乳 ごはん 大根となめこのみそ汁 豆腐じゃが コロコロサラダ りんご 牛乳 いちごミルクゼリー	ごはん 大根となめこのみそ汁 豆腐とじゃが芋の煮物 枝豆と人参のあえもの りんご くだもの	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 豆腐とじゃが芋ののろろ煮 枝豆と人参のやわらか煮 りんご	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 豆腐とじゃが芋ののろろ煮 枝豆と人参のやわらか煮 りんご
14火	牛乳 ごはん けんちん汁 さけの香りみそ焼き ひじきと大豆の炒り煮 もも缶 牛乳 おやつ焼きそば	ごはん けんちん汁 さけのみそ煮 ひじきと大豆の煮物 くだもの 焼うどん風	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 さけののろろ煮 人参と大豆のやわらか煮 くだもの	ミルク 全がゆ 豆腐と大根のだし汁 白身魚ののろろ煮 人参と大豆のやわらか煮 くだもの

日付	完了期	後期	中期	初期
15水	牛乳 ほうれん草とチーズのカレーライス きゅうりとコーンのサラダ イチゴヨーグルト 牛乳 フルーツ白玉	ごはん ほうれん草のミルクシチュー きゅうりとコーンのあえもの イチゴヨーグルト きなこおにぎり	ミルク 全がゆ ほうれん草のミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 ヨーグルト	ミルク 五分がゆ ほうれん草のミルクシチュー きゅうりのとろとろ煮 くだもの
16木	牛乳 食パン ポテトスープ 鶏肉のピカタ ブロッコリーのマヨネーズあえ オレンジ 牛乳 怪獣ドーナツ	食パン じゃが芋のスープ 鶏ささみのピカタ ブロッコリーのあえもの オレンジ ホットケーキ	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ じゃが芋のだし汁 豆腐のやわらか煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ
17金	牛乳 ごはん 豚汁 白身魚のトマトソース煮 小松菜のおかかあえ バナナ 牛乳 豆腐ガトーショコラ	ごはん 野菜のみそ汁 白身魚のトマト煮 小松菜のおかかあえ バナナ ホットケーキ	ミルク 全がゆ 豆腐とじゃが芋のだし汁 白身魚のとろとろ煮 小松菜のやわらか煮 バナナ	ミルク 五分がゆ 豆腐とじゃが芋のだし汁 白身魚のとろとろ煮 小松菜のやわらか煮 バナナ
18土	牛乳 豆乳ココア 三色どんぶり もやしとわかめのみそ汁 キウイフルーツ 牛乳 じゃこトースト	三色ごはん もやしとわかめのみそ汁 キウイフルーツ じゃこトースト風	ミルク 全がゆ もやしのだし汁 鶏団子とほうれん草のとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ もやしのだし汁 鶏団子とほうれん草のとろとろ煮 くだもの
19日				
20月	牛乳 ごはん はるさめスープ シュウマイ ほうれん草のナムル もも缶 牛乳 パウンドケーキ	ごはん はるさめスープ 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のあえもの くだもの ホットケーキ	ミルク 全がゆ 大根のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの	ミルク 五分がゆ 大根のだし汁 白身魚のやわらか煮 ほうれん草のとろとろ煮 くだもの
21火	牛乳 ごはん 豆腐すまし汁 さばのごま焼き 五目野菜のみそ煮 バナナ 牛乳 キャロットゼリー	ごはん 豆腐すまし汁 白身魚のやわらか煮 野菜のみそ煮 バナナ くだもの	ミルク 全がゆ 豆腐のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ	ミルク 五分がゆ 豆腐のだし汁 白身魚のやわらか煮 人参のとろとろ煮 バナナ
22水	牛乳 ちゃんぽんラーメン きな粉ポテト 杏仁豆腐 牛乳 簡単ピザ	野菜うどん きな粉ポテト くだもの ピザトースト風	ミルク 野菜うどん さつま芋のとろとろ煮 くだもの	ミルク 野菜うどん さつま芋のとろとろ煮 くだもの
23木	牛乳 食パン 白菜の豆乳スープ パンプキンオムレツ パスタサラダ りんご 牛乳 鮭チーズおにぎり	食パン 白菜の豆乳スープ風 パンプキンオムレツ パスタのあえもの りんご 鮭チーズおにぎり	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁 かぼちゃの黄身とじ キャベツのとろとろ煮 りんご	ミルク パンがゆ 白菜の豆乳だし汁 かぼちゃと白身魚のやわらか煮 キャベツのとろとろ煮 りんご
24金	牛乳 ごはん なすとわかめのみそ汁 はんぺんのチーズサンドフライ キャベツの胡麻マヨネーズあえ オレンジ 牛乳 シュガーラスク	ごはん なすとわかめのみそ汁 白身魚のパン粉焼き キャベツのあえもの オレンジ ジャムサンド	ミルク 全がゆ なすのだし汁 白身魚のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ	ミルク 五分がゆ なすのだし汁 白身魚のとろとろ煮 キャベツのやわらか煮 オレンジ
25土	牛乳 豆乳ココア ハヤシライス 野菜スープ パイン缶 牛乳 ジャムサンド	ごはん ミルクシチュー 野菜スープ くだもの ジャムサンド	ミルク 全がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 くだもの	ミルク 五分がゆ ミルクシチュー キャベツのだし汁 くだもの
26日				
27月	牛乳 ごはん 小松菜とえのきののみそ汁 豚肉のすき焼き風煮物 大根とツナのあえ物 キウイフルーツ 牛乳 豆乳ゼリー	ごはん 小松菜とえのきののみそ汁 鶏団子と野菜のやわらか煮 大根ときゅうりのあえもの キウイフルーツ くだもの	ミルク 全がゆ 小松菜のだし汁 鶏団子と野菜のやわらか煮 大根ときゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ	ミルク 五分がゆ 小松菜のだし汁 白身魚と野菜のやわらか煮 大根ときゅうりのとろとろ煮 キウイフルーツ
28火	牛乳 ごはん さつま汁 さんまの梅煮 はるさめともやしのソテー パナナ 牛乳 チヂミ	ごはん さつま汁 白身魚のやわらか煮 はるさめともやしのソテー パナナ チヂミ風	ミルク 全がゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 もやしのとろとろ煮 パナナ	ミルク 五分がゆ さつま芋のだし汁 白身魚のやわらか煮 もやしのとろとろ煮 パナナ
29水	牛乳 ごはん 白菜と厚揚げのみそ汁 たれカツ 切干大根のサラダ りんご 牛乳 お誕生会お楽しみおやつ	ごはん 白菜のみそ汁 鶏ささみのパン粉焼き 切干大根のあえもの りんご フルーツヨーグルト	ミルク 全がゆ 白菜のだし汁 鶏ささみのやわらか煮 きゅうりと人参のだし汁 りんご	ミルク 五分がゆ 白菜のだし汁 豆腐のやわらか煮 きゅうりと人参のだし汁 りんご
30木	牛乳 食パン きのこのスープ ミートローフ ゆで野菜 オレンジ 牛乳 きな粉おはぎ	食パン きのこのスープ 鶏団子のトマト煮 ゆで野菜 オレンジ きな粉おにぎり	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 鶏団子のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ	ミルク パンがゆ 玉ねぎのだし汁 豆腐のトマト煮 ブロッコリーのとろとろ煮 オレンジ