



6月離乳食献立表(中期・後期)



社会福祉法人 明秀福祉会
さつき認定こども園

2023年

日	曜日	昼	おやつ	血や肉、骨をつくる(あか)	体の調子をととのえる(きいろ)	力や熱となる(みどり)	
1	木	磯風味粥, 白身魚と人参のクリーム煮, 冬瓜と青菜のスープ	しらすとお芋粥	キングクリップ	7分粥, 片栗粉	青のり, 人参, クリームコーン缶, とうがん, 小松菜	
2	金	7分粥, 豆腐と野菜のくたくた煮, トマトと麩のスープ, りんご煮	ツナと野菜のおじや	木綿豆腐	7分粥, 麩	たまねぎ, レタス, トマト, りんご	
3	土	7分粥, 鶏とオクラのトロトロ煮, 野菜スープ	人参おかか粥	鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉	オクラ, もやし, ほうれんそう	
5	月	納豆粥, 人参のきゅうり煮, 豆腐のスープ, くだもの	ツナと人参のおじや	挽きわり納豆, 絹ごし豆腐	7分粥, 片栗粉	人参, きゅうり, カットワカメ, すいか	
6	火	7分粥, 白身魚の野菜あんかけ, じゃが芋と玉ねぎのスープ, オレンジ	もずくと野菜のおじや	しいら	7分粥, 片栗粉, じゃがいも	たまねぎ, 赤パプリカ, ピーマン, ニューサマー	
7	水	7分粥, 豆腐と野菜のくたくた煮, アーサのスープ, パナナ	小松菜と人参の豆乳粥	木綿豆腐	7分粥	人参, キャベツ, あおさ, パナナ	
8	木	7分粥, ささみと玉ねぎのトロトロ煮, かぼちゃのマッシュ, 大根とわかめの粥	高野豆腐とトマトのおじや	鶏ささみ, 調製粉乳	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, かぼちゃ, カットワカメ, 大根	
9	金	磯粥, ツナと野菜のくたくた煮, 豆乳コーンスープ, りんご煮	しらすとキャベツのお粥	ツナ水煮缶, 無調整豆乳	7分粥, 片栗粉	青のり, レタス, トマト, クリームコーン缶, コーン缶, たまねぎ, りんご	
10	土	7分粥, ひき肉と野菜のくたくた煮, もずくスープ	青菜とコーンのおかか粥	鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, 人参, いんげん, もずく	
12	月	7分粥, ささみと野菜のくたくた煮, 玉ねぎといんげんのスープ, りんご煮	人参粥, 野菜スープ	鶏ささみ	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, なす, いんげん, りんご	
13	火	7分粥, 豆腐と野菜ののり煮, ひき肉ととうがんスープ, オレンジ	かぼちゃ粥	木綿豆腐, 鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉	(乾) ひじき, たまねぎ, とうがん, ニューサマー	
14	水	7分粥, 鮭と人参のくたくた煮, ソーメン汁	芋粥	鮭	7分粥, 片栗粉, そうめん	人参	
15	木	7分粥, お豆と野菜のくたくた煮, ほうれん草とたまねぎのスープ, パナナヨーグルト	キャベツとコーンのおじや	大豆水煮缶, ヨーグルト	7分粥	なす, 人参, ピーマン, ホールトマト缶, ほうれんそう, たまねぎ, パナナ	
16	金	7分粥, 白身魚とオクラののり煮, 大根とわかめのスープ	納豆粥, すりおろしきゅうりとお麩のスープ	白身魚	7分粥	オクラ, 大根, カットワカメ	
17	土	7分粥, ささみとキャベツのくたくた煮, ゆし豆腐, りんご煮	人参の磯粥	鶏ささみ, ゆし豆腐	7分粥, 片栗粉	キャベツ, りんご	
19	月	7分粥, ささみと玉ねぎのトマト煮, キャベツと人参のスープ	じゃがいも粥, パナナヨーグルト	鶏ささみ	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, ホールトマト缶, 人参, キャベツ	
20	火	五目うどん, オレンジ	しらすと野菜のおじや	鶏ひき肉	ゆでうどん, 片栗粉	キャベツ, 小松菜, 人参, ニューサマー	
21	水	7分粥, 白身魚クリームコーン煮, 豆腐スープ, すいか	大豆とひじきのおじや	白身魚, 絹ごし豆腐	7分粥, 片栗粉	コーン缶, クリームコーン缶, カットワカメ, すいか	
22	木	7分粥, 豆腐の野菜あんかけ, 人参といんげんのスープ, りんご煮	麩と大根のおじや	木綿豆腐	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, 人参, いんげん, りんご	
23	金	***** 慰霊の日 *****					
24	土	***** 運動会 *****					
26	月	7分粥, 白身魚と野菜のくたくた煮, なすのスープ, すいか	人参粥	白身魚	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, 小松菜, なす, すいか	
27	火	鶏と野菜のあんかけ丼, 野菜スープ, パナナ	青菜粥	鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉	白菜, 人参, 黄パプリカ, カットワカメ, たまねぎ, パナナ	
28	水	7分粥, 鮭と野菜のくたくた煮, 豆と野菜のスープ	ツナと野菜のおじや	鮭, 大豆水煮缶	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, ほうれんそう, フロッコリー	
29	木	7分粥, しぶいのそぼろあんかけ, じゃが芋のスープ, はっさく	芋粥	鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉, じゃがいも	とうがん, 人参, はっさく	
30	金	7分粥, ひき肉と野菜ののり煮, チンゲン菜と人参のスープ	納豆といんげんのおじや	鶏ひき肉	7分粥, 片栗粉	たまねぎ, ピーマン, 赤パプリカ, チンゲンサイ, 人参	

* 献立は都合により変更することがあります

* 基本的には中期: だし汁, 後期だし汁と醤油で味付けをしています。

