



《6月 離乳食献立表》



日付	給食			午後間食
	5~6ヶ月ごろ	7~8ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ	9~11ヶ月ごろ
1水	10倍がゆ(米) 豆腐と野菜のペースト (豆腐、たまねぎ、にんじん) 麩のスープ(麩、小松菜)	7倍がゆ(米) 豆腐と野菜のやわらか煮 (豆腐、たまねぎ、にんじん) 麩のスープ(麩、小松菜)	全がゆ(米) 豚ひき肉と野菜の煮物 (豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、しょうゆ) 麩の味噌汁(麩、小松菜、味噌)	プレーン蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖)
2木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、ほうれん草) 野菜のスープ (白菜、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、ほうれん草) 野菜のスープ (白菜、にんじん)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、たまねぎ、ほうれん草、砂糖、味噌) 野菜のすまし汁 (白菜、にんじん、しょうゆ)	プレーンクッキー (小麦粉、砂糖、油、ベーキングパウダー)
3金	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (じゃがいも、にんじん) チンゲン菜のスープ (豆腐、チンゲン菜)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、じゃがいも、にんじん) チンゲン菜のスープ (豆腐、チンゲン菜)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、じゃがいも、にんじん、砂糖、しょうゆ) チンゲン菜のスープ (豆腐、チンゲン菜、食塩)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、寒天、砂糖)
4土	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、きゅうり) 野菜のスープ (ほうれん草、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、きゅうり) 野菜のスープ (ほうれん草、にんじん)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、たまねぎ、きゅうり、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (ほうれん草、にんじん、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖)
5	日曜日			
6月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、キャベツ) にんじんのスープ(にんじん) オレンジ果汁(オレンジ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、キャベツ) にんじんのスープ(にんじん) ココロオレンジ(オレンジ)	全がゆ(米) 牛肉と野菜の煮物 (牛肉、たまねぎ、キャベツ、砂糖、しょうゆ) にんじんのスープ(にんじん、食塩) オレンジ(オレンジ)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、寒天、砂糖)
7火	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、にんじん、たまねぎ) ほうれん草のスープ(ほうれん草)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、にんじん、たまねぎ) ほうれん草のスープ(ほうれん草)	全がゆ(米) 鮭と野菜の煮物 (鮭、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) ほうれん草の味噌汁(ほうれん草、味噌)	プレーンクッキー (小麦粉、砂糖、油、ベーキングパウダー)
8水	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、ブロッコリー) 野菜のスープ (小松菜、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、ブロッコリー) 野菜のスープ (小松菜、たまねぎ)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、にんじん、ブロッコリー、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁 (小松菜、たまねぎ、味噌)	プレーン蒸しパン (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖)
9木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、キャベツ) にんじんのスープ(にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、キャベツ) にんじんのスープ(にんじん)	全がゆ(米) 合いびき肉と野菜の煮物 (牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、キャベツ、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁(にんじん、わかめ、味噌)	粉ふき芋 (じゃがいも、食塩)
10金	パンがゆ(食パン) 野菜のペースト (キャベツ、ブロッコリー、にんじん) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	パンがゆ(食パン) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、ブロッコリー、にんじん) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	スティックトースト(食パン) 豚肉と野菜の煮物 (豚、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜、食塩)	ひじき粥 (米、ひじき、味噌)
11土	うどんのくたくた煮 (うどん、キャベツ、たまねぎ) 野菜のペースト (小松菜、にんじん)	鶏肉と野菜のやわらかうどん (うどん、鶏肉、キャベツ、たまねぎ) 野菜のやわらか煮 (小松菜、にんじん) ヨーグルト(ヨーグルト)	豚肉と野菜の煮込みうどん (うどん、豚肉、キャベツ、たまねぎ、しょうゆ) 野菜の煮物 (小松菜、にんじん、砂糖、しょうゆ) ヨーグルト(ヨーグルト、砂糖)	おかか粥 (米、かつお節、しょうゆ)
12	日曜日			
13月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、ほうれん草) にんじんのスープ (にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、ほうれん草) にんじんのスープ (にんじん)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、たまねぎ、ほうれん草、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁 (切干大根、にんじん、わかめ、味噌)	プレーンケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、砂糖)
14火	うどんのくたくた煮 (うどん、にんじん) 野菜のペースト (キャベツ、たまねぎ)	鶏肉と野菜のやわらかうどん (うどん、鶏肉、にんじん) 野菜のやわらか煮 (キャベツ、たまねぎ)	鶏肉と野菜の煮込みうどん (うどん、鶏肉、にんじん、しょうゆ) 野菜の煮物 (キャベツ、たまねぎ、砂糖、しょうゆ)	おかか粥 (米、かつお節、しょうゆ)
15水	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (じゃがいも、にんじん) 野菜のスープ (たまねぎ)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、じゃがいも、にんじん) 野菜のスープ (たまねぎ)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、じゃがいも、にんじん、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (たまねぎ、わかめ、食塩)	シュガースティックトースト (食パン、砂糖)

16 木	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、きゅうり、たまねぎ) 小松菜のスープ(小松菜)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、きゅうり、たまねぎ) 小松菜のスープ(小松菜)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、きゅうり、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁(小松菜、わかめ、味噌)	シュガースティックトースト (食パン、砂糖)
17 金	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、かぼちゃ、にんじん) 大根のスープ(大根)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん) 大根のスープ(大根)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、砂糖、しょうゆ) 大根の味噌汁(大根、わかめ、味噌)	プレーンクッキー (小麦粉、砂糖、油 ベーキングパウダー)
18 土	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、たまねぎ) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、たまねぎ) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖)
19	日曜日			
20 月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (じゃがいも、たまねぎ) 野菜のスープ (にんじん、ブロッコリー) バナナペースト(バナナ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、じゃがいも、たまねぎ) 野菜のスープ (にんじん、ブロッコリー) ココロバナナ(バナナ)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜のスープ (にんじん、ブロッコリー、食塩) スティックバナナ(バナナ)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、寒天、砂糖)
21 火	10倍がゆ(米) 白身魚と野菜のペースト (白身魚、きゅうり、にんじん) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	7倍がゆ(米) 白身魚と野菜のやわらか煮 (白身魚、きゅうり、にんじん) 野菜のスープ (じゃがいも、小松菜)	全がゆ(米) 白身魚と野菜の煮物 (白身魚、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁 (じゃがいも、小松菜、味噌)	プレーンケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖)
22 水	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (ほうれん草、にんじん) かぼちゃのスープ (かぼちゃ、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、ほうれん草、にんじん) かぼちゃのスープ (かぼちゃ、たまねぎ)	全がゆ(米) 牛肉と野菜の煮物 (牛肉、ほうれん草、にんじん、砂糖、しょうゆ) かぼちゃの味噌汁 (かぼちゃ、たまねぎ、味噌)	きな粉スティックトースト (食パン、砂糖、きな粉)
23 木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (キャベツ、にんじん) 野菜のスープ (小松菜、たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、にんじん) 野菜のスープ (小松菜、たまねぎ)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、キャベツ、にんじん、砂糖、味噌) 野菜のスープ (小松菜、たまねぎ、食塩)	プレーンケーキ (小麦粉、ベーキングパウダー、 砂糖)
24 金	10倍がゆ(米) 豆腐と野菜のペースト (豆腐、じゃがいも、にんじん) 野菜のスープ (きゅうり、キャベツ)	7倍がゆ(米) 豆腐と野菜のやわらか煮 (豆腐、じゃがいも、にんじん) 鶏肉と野菜のスープ (鶏肉、きゅうり、キャベツ)	全がゆ(米) 合いびき肉と野菜の煮物 (豚ひき肉、牛ひき肉、じゃがいも、にんじん、砂糖、しょうゆ) 鶏肉と野菜のスープ (鶏肉、きゅうり、キャベツ、食塩)	チーズスティックトースト (食パン、チーズ)
25 土	うどんのくたくた煮 (うどん、ほうれん草) 野菜のペースト (にんじん、かぼちゃ)	鶏肉と野菜のやわらかうどん (うどん、鶏肉、ほうれん草) 野菜のやわらか煮 (にんじん、かぼちゃ)	鶏肉と野菜の煮込みうどん (うどん、鶏肉、ほうれん草、しょうゆ) 野菜の煮物 (にんじん、かぼちゃ、砂糖、しょうゆ)	キャベツのおやき (小麦粉、ベーキングパウダー、 豚肉、キャベツ、食塩)
26	日曜日			
27 月	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (かぼちゃ、たまねぎ) 野菜のスープ (にんじん、ほうれん草)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、かぼちゃ、たまねぎ) 野菜のスープ (にんじん、ほうれん草)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、かぼちゃ、たまねぎ、砂糖、しょうゆ) 野菜の味噌汁 (にんじん、ほうれん草、味噌)	かぼちゃ寒天 (かぼちゃ、寒天、砂糖)
28 火	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (たまねぎ、ほうれん草) 野菜のスープ (キャベツ、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 (鶏ひき肉、たまねぎ、ほうれん草) 野菜のスープ (キャベツ、にんじん)	全がゆ(米) 鶏ひき肉と野菜の煮物 (鶏ひき肉、たまねぎ、ほうれん草、大豆、砂糖、しょうゆ) 野菜のすまし汁 (キャベツ、わかめ、にんじん、しょうゆ)	粉ふき芋 (じゃがいも、食塩)
29 水	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (キャベツ、ブロッコリー) 豆腐のスープ (豆腐、にんじん)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、キャベツ、ブロッコリー) 豆腐のスープ (豆腐、にんじん)	全がゆ(米) 鶏肉と野菜の煮物 (鶏肉、キャベツ、ブロッコリー、砂糖、しょうゆ) 豆腐の味噌汁 (豆腐、にんじん、味噌)	ヨーグルト (ヨーグルト、砂糖)
30 木	10倍がゆ(米) 野菜のペースト (にんじん、白菜) たまねぎのスープ(たまねぎ)	7倍がゆ(米) 鶏肉と野菜のやわらか煮 (鶏肉、にんじん、白菜) たまねぎのスープ(たまねぎ)	全がゆ(米) 豚肉と野菜の煮物 (豚肉、にんじん、白菜、砂糖、しょうゆ) 鶏肉と野菜のスープ(鶏肉、たまねぎ、食塩)	シュガースティックトースト (食パン、砂糖)
※献立は離乳食一覧表をもとに作成しています。 ※離乳食の内容や進行は、ご家庭と連携をとりながらできる限り個別に対応していきますので、新しいものを口にしたときなど変更があった際は担任、 または栄養士までお知らせください。 ※12～18ヶ月ごろ(完了期)の内容は基本的に幼児食の内容と変わりません。揚げ物や硬すぎる物のみ同じ食材で煮物にするなど 12～18ヶ月ごろ(完了期)の子どもが食べられるように調理しております。詳しい食材については幼児食の献立表をご確認ください。 離乳食献立表には変更した箇所のみ記載させていただきます。				*午後間食は9～11ヶ月ごろ(後 期)からの提供を 目安にしています。

※味覚の発達を考え、9～11カ月ごろ（後期）から徐々に薄い味付けを行っております。