

6月献立表 離乳食・中期（2回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午 前 食		午 後 食	
		献 立	材 料	献 立	材 料
1 15 29	木	お粥 豚肉とひじきの煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ なす キャベツ 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 野菜スープ 果物	米 鶏ひき肉 人参 ほうれん草 ジャガイモ しょう油 塩 だし汁
2 16 30	金	お粥 カレーのあんかけ 蒸し野菜 人参スープ	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ トマト きゅうり キャベツ レタス しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
3 17	土	鶏粥 蒸し野菜 具だくさん汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 きゅうり しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	しらす粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ 小松菜 ジャガイモ 味噌 だし汁
5 19	月	わかめ粥 鶏じゃが 蒸し野菜 かぼちゃスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ 生わかめ ジャガイモ キャベツ かぼちゃ 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁	お粥 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁
6 20	火	お粥 鶏肉のミルク煮 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ ジャガイモ きゅうり 人参 キャベツ 生わかめ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 粉ミルク	わかめ粥 ミルクスープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 粉ミルク だし汁 塩
7 21	水	あんかけうどん 蒸し野菜 味噌汁	うどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ トマト 青梗菜 キャベツ しょう油 片栗粉 だし汁 塩	お粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 味噌 だし汁 人参
8 22	木	納豆粥 しらすと小松菜の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ 生わかめ 小松菜 冬瓜 塩 かぼちゃ しょう油 味噌 だし汁 片栗粉	お粥 野菜スープ 果物	米 カレイ 玉ねぎ キャベツ ジャガイモ 人参 塩 だし汁
9 23	金	パン粥 豚肉とキャベツの煮びたし 蒸し野菜 コーンスープ	食パン 豚ひき肉 きゅうり ジャガイモ 人参 味噌 キャベツ しょう油 片栗粉 塩 だし汁 クリームコーン	お粥 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
10 24	土	お粥 鶏じゃが 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 オクラ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ きゅうり 葉ねぎ しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	きなこ粥 すまし汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ しょう油 塩 だし汁
12 26	月	お粥 しらすと野菜の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ ジャガイモ ひじき 小松菜 キャベツ さやいんげん 塩 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油	お粥 ミルクスープ 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ ジャガイモ キャベツ だし汁 粉ミルク
13 27	火	お粥 鶏肉の梅煮 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 梅びしお 人参 ジャガイモ キャベツ かぼちゃ 小松菜 しょう油 塩 だし汁 片栗粉	お粥 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ ジャガイモ 生わかめ 味噌 だし汁
14 28	水	豚肉入りトマト粥 蒸し野菜 青梗菜のスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ ジャガイモ トマト缶 青梗菜 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁	パン粥 野菜スープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。

6月献立表 離乳食・後期（3回食） 野のはな空のとり保育園

日	曜	午前食		午後食	
		献立	材料	献立	材料
1 15 29	木	軟飯 豚肉とひじきの煮物 野菜のごま和え 味噌汁	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 なす 枝豆 キャベツ 味噌 ごま にら だし汁 片栗粉 しょう油	軟飯 野菜スープ 果物	米 鶏ひき肉 人参 ほうれん草 じゃが芋 しょう油 塩 だし汁
2 16 30	金	軟飯 カレーのあんかけ 蒸し野菜 人参スープ	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト きゅうり キャベツ レタス しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 味噌汁 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
3 17	土	鶏おじや 蒸し野菜 具だくさん汁	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ 小松菜 きゅうり しょう油 塩 味噌 だし汁 片栗粉	しらすおじや 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋 味噌 だし汁
5 19	月	わかめおじや 鶏じゃが 野菜のごま和え かぼちゃスープ	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ 生わかめ じゃが芋 キャベツ かぼちゃ 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁 ごま しめじ	軟飯 味噌汁 果物	米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁
6 20	火	軟飯 鶏肉のミルク煮 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ささみ 玉ねぎ じゃが芋 きゅうり 人参 キャベツ 生わかめ 塩 しょう油 だし汁 片栗粉 粉ミルク にら えのき茸 しめじ	わかめおじや ミルクスープ 果物	米 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 粉ミルク だし汁 塩
7 21	水	あんかけうどん 蒸し野菜 味噌汁	うどん 豚ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 トマト 青梗菜 キャベツ しめじ ねぎ しょう油 片栗粉 だし汁 塩	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 味噌 だし汁 人参
8 22	木	納豆おじや しらすと小松菜の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ 生わかめ 小松菜 冬瓜 塩 かぼちゃ しょう油 味噌 だし汁 片栗粉	軟飯 野菜スープ 果物	米 カレイ 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 人参 塩 だし汁
9 23	金	トースト 豚肉とキャベツの煮びたし 野菜のツナ和え コーンスープ	食パン 豚ひき肉 きゅうり じゃが芋 人参 味噌 キャベツ しょう油 ツナ 片栗粉 塩 だし汁 小ねぎ クリームコーン	軟飯 味噌汁 果物	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
10 24	土	軟飯 鶏じゃが 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 オクラ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ きゅうり 葉ねぎ しょう油 素精糖 塩 だし汁 片栗粉	きなこおじや すまし汁 果物	米 きなこ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ しょう油 塩 だし汁
12 26	月	軟飯 しらすと野菜の煮物 蒸し野菜 味噌汁	米 しらす干し 人参 玉ねぎ じゃが芋 ひじき 小松菜 キャベツ さやいんげん 塩 味噌 だし汁 片栗粉 しょう油 しめじ	軟飯 ミルクスープ 果物	米 鶏ささみ 人参 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ だし汁 粉ミルク 塩
13 27	火	軟飯 鶏肉の梅煮 蒸し野菜 味噌汁	米 鶏ひき肉 梅びしお 人参 じゃが芋 キャベツ かぼちゃ 小松菜 しょう油 塩 だし汁 片栗粉 しめじ ごま	軟飯 味噌汁 果物	米 鶏ひき肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 生わかめ 味噌 だし汁
14 28	水	豚肉入りトマトおじや 蒸し野菜 青梗菜のスープ	米 豚ひき肉 人参 玉ねぎ キャベツ じゃが芋 トマト缶 青梗菜 片栗粉 しょう油 素精糖 塩 だし汁 グリーンピース もやし	トースト 野菜スープ 果物	食パン 豆腐 人参 玉ねぎ かぼちゃ キャベツ 塩 だし汁

※今月の果物はバナナ、柑橘類が主に入ります。

※食材の都合により献立が変更する場合がございます。ご了承ください。

※初めて食べる食材がありましたら、事前にお家で2回以上試してください。