

## 6 月離乳食予定献立表

令和 3年

みやび認定こども園

作成者: 上原典恵

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期)7~8カ月	後期(かみかみ期)9~11カ月	おやつ (後期)
調理形態		ヨーグルト状・ペースト	豆腐の固さ・マッシュ	バナナの固さ・柔らかく刻み	
1	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参とインゲンのペースト すまし汁	全粥 つぶし魚のミルク煮 果物 切干大根のやわらか煮 鶏レバー汁	軟飯 魚のミルク煮 果物 切干大根イリチー 鶏レバー汁	トマトパンケーキ
2	水	つぶし粥 ゴーヤーのペースト 果汁 人参のペースト すまし汁	麦全粥 ゴーヤーのやわらか煮 果物 キャベツのやわらか煮 人参のすまし汁	麦軟飯 ゴーヤーの炒り煮 果物 キャベツの炒り煮 人参のすまし汁	アガラサー
3	木	つぶし粥 豆腐のすり流し 果汁 ほうれん草のペースト ジャが芋のすまし汁	全粥 つぶし魚煮付 果物 ほうれん草の白和え ジャが芋のすまし汁	麦軟飯 白身魚煮付 果物 ほうれん草の白和え ジャが芋のすまし汁	パンケーキ
4	金	つぶし粥 なすのトマトペースト煮 果汁 キャベツのペースト すまし汁	全粥 なすとトマトのつぶし煮 野菜サラダ煮 きざみコーンスープ 果物	なすとトマトのきざみスパゲティー 野菜サラダ煮 コーンスープ 果物	しらすおじや
5	土	つぶし粥 果汁 人参とキャベツペースト 冬瓜のすまし汁	全粥 果物 つぶし鶏ササミと野菜煮 冬瓜のすまし汁	軟飯 果物 鶏ササミと野菜のやわらか煮 冬瓜のすまし汁	玄米フレーク粥
7	月	つぶし粥 野菜のあわせペースト 果汁 ブロッコリーのペースト すまし汁	全粥 ササミと野菜のやわらか煮 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ 果物	軟飯 ササミと野菜の炒り煮 ブロッコリーサラダ 野菜スープ 果物	レースパンケーキ
8	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参のペースト すまし汁	全粥 つぶし魚の煮付 果物 人参とツナのやわらか煮 白菜のすまし汁	軟飯 魚の煮付 果物 人参とツナの炒り煮 白菜のすまし汁	ゴマパンケーキ
9	水	 お 弁 当 会 			胚芽パントースト
10	木	つぶし粥 果汁 豆腐と野菜のペースト すまし汁	きざみ沖縄そば 果物 豆腐とチキナーの煮浸し	沖縄そば 果物 豆腐とチキナーの煮浸し	おじや
11	金	つぶし粥 果汁 キュウリとキャベツペースト トマトスープ	全粥 鶏肉のやわらか煮 果物 マッシュ豆サラダ つぶし野菜ミネストローネ	軟飯 鶏肉の煮物 果物 豆サラダ 刻み野菜のミネストローネ	野菜蒸しパン
12	土	つぶし粥 野菜のあわせペースト 果汁 キャベツのペースト すまし汁	あわ全粥 つぶしミルク煮 果物 キャベツのサラダ煮 すまし汁	あわ軟飯 鶏肉と野菜のミルク煮 きざみコーンスープサラダ煮 すまし汁 果物	コーンフレーク粥
14	月	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 パパイヤと人参ペースト すまし汁	全粥 魚のみぞれ煮 果物 パパイヤのやわらか煮 キャベツのすまし汁	黒米入り軟飯 魚のみぞれ煮 果物 刻みパパイヤ煮 キャベツのすまし汁	胚芽パン粥
15	火	つぶし粥 ほうれん草のペースト 果汁 キュウリのペースト すまし汁	全粥 つぶし鶏肉の煮物 果物 キュウリとオクラのやわらか煮 大根のすまし汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 刻みキュウリとオクラの煮浸し 大根のすまし汁	マッシュポテト
16	水	つぶし粥 果汁 人参と枝豆のペースト 冬瓜すまし汁	全粥 果物 人参と枝豆のやわらか煮 冬瓜すまし汁	納豆入り軟飯 果物 人参と枝豆の炒り煮 冬瓜すまし汁	つぶしぜんざい
17	木	つぶし粥 人参ペースト キュウリペースト すまし汁 果汁	全粥 鶏ササミと野菜のやわらか煮 キュウリと人参の煮浸し すまし汁 果物	軟飯 鶏ササミと野菜煮込 刻み野菜の煮浸し すまし汁 果物	キャロットパンケーキ
18	金	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参とインゲンのペースト 小松菜すまし汁	全粥 つぶし魚の旨煮 果物 人参とインゲンのやわらか煮 小松菜すまし汁	軟飯 魚の旨煮 果物 刻み野菜の炒り煮 小松菜すまし汁	バナナヨーグルト
19	土	つぶし粥 人参と大豆のペースト 小松菜ペースト すまし汁 果汁	全粥 人参と大豆の煮浸し 小松菜のすまし汁 果物	三日飯 人参と大豆の煮浸し 小松菜のすまし汁 果物	ハイハイ
21	月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 パプリカペースト すまし汁	全粥 野菜のミルク煮 果物 カラフル野菜のやわらか煮 刻み野菜すまし汁	軟飯 野菜のミルク煮 果物 カラフル野菜の煮浸し 野菜すまし汁	玄米フレーク粥
22	火	つぶし粥 果汁 ほうれん草のペースト 野菜のすまし汁	全粥 つぶし鶏肉の煮物 果物 刻みほうれん草煮浸し 野菜のミルクスープ	軟飯 鶏肉の煮物 果物 ほうれん草煮浸し 刻み野菜のミルクスープ	ココアパンケーキ
24	木	つぶし粥 果汁 ゴーヤーと人参のペースト すまし汁	全粥 ササミの旨煮 果物 ゴーヤーのやわらか煮 豆腐のすまし汁	軟飯 ササミの旨煮 果物 ゴーヤーの煮浸し すまし汁	胚芽パン粥
25	金	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 ブロッコリーのペースト すまし汁	全粥 つぶし魚のミルク煮 果物 ブロッコリーとコーンのやわらか煮 玉ねぎすまし汁	軟飯 魚のミルク煮 果物 ブロッコリーとコーンの煮浸し 玉ねぎすまし汁	ユーヌク
26	土	つぶし粥 野菜ペースト すまし汁 果物	全粥 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根のすまし汁 果物	軟飯 鶏肉と野菜煮 大根のすまし汁 果物	みかんゼリー
28	月	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参インゲンのペースト すまし汁	全粥 つぶし魚のみぞれ煮 果物 人参とインゲンのやわらか煮 白菜すまし汁	グリッピー入軟飯 魚のみぞれ煮 果物 刻み人参とインゲンの煮浸し 白菜のすまし汁	ほうれん草ホットケーキ
29	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 南瓜のペースト すまし汁	青菜全粥 つぶし魚の煮付 果物 南瓜のマッシュ 豆腐と小松菜のすまし汁	青菜軟飯 つぶし魚の煮付 果物 南瓜のやわらか煮 豆腐と小松菜のすまし汁	ビスケット
30	水	つぶし粥 魚のすり流し 野菜の合わせペースト すまし汁 果汁	全粥 ほぐし鮭の旨煮 果物 大豆と人参やわらか煮 小松菜すまし汁	軟飯 鮭の旨煮 果物 大豆と人参やわらか煮 小松菜すまし汁	胚芽パン粥

※食材の都合により献立を変更する事があります。

