

令和5年6月 離乳食献立表

久良岐保育園

| 日 | | 前期 (5~6ヶ月) | 中期・後期 (7~8・9~11ヶ月) | 完了期 (12~18ヶ月) | おやつ | 日 | | 前期 (5~6ヶ月) | 中期・後期 (7~8・9~11ヶ月) | 完了期 (12~18ヶ月) | おやつ |
|----|------------------|---------------------------------|--|---|--------------------------|----|------------------|-------------------------------|---|--|-----------------------------------|
| 1 | りんご | つぶしがゆ 人参ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/つくね きゅうり和え キャベツと玉葱の味噌汁 | ごはん 鶏肉とブロッコリーのケチャップ煮 もやしのじゃこ和え キャベツスープ | マカロニきなこ | 19 | 前期りんご 月 ヨーグルト | つぶしがゆ 豆腐ののり かぼちゃののり | おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ハンバーグ 蒸しかぼちゃ 豆腐とねぎの味噌汁 | ごはん ハンバーグ キャベツと胡瓜としらす和え なめこ汁 | かぼちゃの甘煮 バナナ クラッカーサンド バナナ |
| 2 | オレンジ | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり キャベツののり | おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 ゆで人参 南瓜と玉葱の味噌汁 バナナ | ごはん 豚肉と玉葱と人参のトマト煮 キャベツサラダ 南瓜と玉葱の味噌汁 バナナ | 蒸しじゃが じゃがバター | 20 | りんご 火 | つぶしがゆ 人参ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/ 人参と肉団子の煮物 きゅうり和え 南瓜と玉葱の味噌汁 | ごはん 人参と肉団子の煮物 きゅうりと枝豆とコーンサラダ オニオンスープ | お楽しみおやつ |
| 3 | 赤ちゃん せんべい | | おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮 ブロッコリー和え かぶとかぶ葉の味噌汁 | ごはん 豚肉と玉葱の煮物 ブロッコリーのドレッシング和え かぶとかぶ葉の味噌汁 | 赤ちゃんせんべい ビスケット | 21 | バナナ 水 | つぶしがゆ 豆腐ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 鶏挽マーボー ゆで人参 玉葱とねぎの味噌汁 | ごはん マーボー茄子 春雨とレタスのソテー ねぎとわかめのスープ | かぼちゃサンド シュガーサンド |
| 5 | 前期りんご 月 ヨーグルト | つぶしがゆ 白身魚ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 白身魚の煮物/白身魚のソテー きゅうり和え じゃが芋と玉葱と人参の味噌汁 | ごはん 鯖の胡麻味噌焼き オクラと胡瓜ともやし和え じゃが芋と玉葱と人参の味噌汁 | りんご蒸しパン | 22 | オレンジ 木 | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 きゅうり和え 南瓜のポタージュ | ごはん チキンのハーブ焼き かぼちゃサラダ トマトスープ | おなかおじや ひじきおむすび |
| 6 | バナナ 火 | つぶしがゆ じゃが芋ときな粉ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 キャベツとささみの煮物 じゃが芋のマッシュ 人参ともやしの味噌汁 | ごはん チキンのトマト煮(セリなし) ポテトサラダ もやしスープ | おなかおじや グリーンピースおむすび | 23 | バナナ 金 | つぶしがゆ 豆腐ののり キャベツののり | おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物 きゅうり和え 人参とじゃが芋の味噌汁 | ごはん 厚揚げ田楽 シーチキンサラダ じゃが芋と油揚げの味噌汁 | かぼちゃの甘煮 枝豆 |
| 7 | オレンジ 水 | つぶしがゆ 豆腐ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 鶏ひきマーボー豆腐風 きゅうり和え 玉葱と人参の味噌汁 | ごはん 豆腐と野菜のケチャップ煮 春雨サラダ わかめスープ | かぼちゃ蒸しパン | 24 | 赤ちゃん せんべい | | おかゆ/軟飯 大根と高野豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ バナナ | 冷やしきつねうどん 大根炒めサラダ バナナ | 赤ちゃんせんべい ビスケット |
| 8 | バナナ 木 | つぶしがゆ 人参ときな粉ののり じゃがいもののり | おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮/Fe強化ハンバーグ 蒸しかぼちゃ 人参とじゃが芋の味噌汁 | ごはん Fe強化ハンバーグ じゃが芋とレタスのサラダ 人参と玉葱の味噌汁 | きな粉サンド | 26 | 前期りんご 月 ヨーグルト | つぶしがゆ 白身魚ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 白身魚の煮付け/白身魚のソテー ゆで人参 南瓜のポタージュ | ごはん 鮭の塩焼き ひじきサラダ 南瓜のポタージュ | かぼちゃ蒸しパン チーズ蒸しパン |
| 9 | オレンジ 金 | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり キャベツののり | おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参入りつくね キャベツ和え 南瓜のポタージュ | ごはん 茄子と豚肉の味噌炒め キャベツとインゲンのおかか和え 人参とわかめのすまし汁 | かぼちゃの甘煮 かぼちゃもち | 27 | オレンジ 火 | つぶしがゆ じゃが芋ときな粉ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 大根の鶏そぼろ煮/ 大根と肉団子の煮物 ゆで人参 じゃが芋のポタージュ | ごはん ビビンバ風 こふき芋 ニラともやしの味噌汁 | 煮込みうどん |
| 10 | 赤ちゃん せんべい | | おかゆ/軟飯 玉葱の鶏そぼろ煮 キャベツ和え オレンジ | ごはん ハムと野菜の炒め物 シーチキンサラダ オレンジ | カップヨーグルト | 28 | バナナ 水 | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり キャベツののり | おかゆ/軟飯 キャベツの鶏そぼろ煮/ハンバーグ きゅうり和え 冬瓜と人参の味噌汁 | ごはん ハンバーグ 塩もみ/トマト 冬瓜スープ | きな粉サンド |
| 12 | 前期りんご 月 ヨーグルト | つぶしがゆ 豆腐ののり 人参ののり | おかゆ/軟飯 キャベツと豆腐の煮物 蒸しかぼちゃ 玉葱と人参の味噌汁 | ごはん 豚肉と厚揚げの野菜煮 ひじきと大豆の炒り煮 えのきとわかめの味噌汁 | 煮込みうどん 焼うどん | 29 | オレンジ 木 | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 人参とささみの煮物 ゆでブロッコリー 南瓜のポタージュ | ごはん 人参と鶏肉のケチャップ煮 コーンブロッコリー 玉葱とトマトのスープ | バナナ蒸しパン |
| 13 | りんご 火 | つぶしがゆ 南瓜ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 人参の鶏そぼろ煮/人参と肉団子の煮物 キャベツ和え 南瓜と人参の味噌汁 バナナ | ごはん 人参と肉団子の煮物 チーズサラダ 南瓜と人参の味噌汁 バナナ | 野菜おじや お好み焼き風(醤油) | 30 | 金 りんご | つぶしがゆ 人参ときな粉ののり キャベツののり | おかゆ/軟飯 玉ねぎのそぼろ煮/ 玉ねぎと肉団子の煮物 キャベツと人参和え 南瓜のポタージュ バナナ | ごはん 玉葱と肉団子の煮物 キャベツと人参和え 南瓜のポタージュ バナナ | リンゴサンド |
| 14 | オレンジ 水 | つぶしがゆ 人参ときな粉ののり ほうれん草ののり | おかゆ/軟飯 人参と鶏レバーの甘辛煮/ 鶏レバー入りハンバーグ 蒸しかぼちゃ ほうれん草ともやしの味噌汁 | ごはん 鶏レバー入りハンバーグ 納豆和え えのきと舞茸の味噌汁 | きな粉蒸しパン | | | | | | |
| 15 | バナナ 木 | つぶしがゆ 豆腐ののり じゃが芋ののり | おかゆ/軟飯 じゃが芋の鶏挽マッシュ キャベツ和え 豆腐と人参の味噌汁 | ごはん 肉じゃが(しらたきなし) ハムサラダ 豆腐と油揚げの味噌汁 | 野菜スパゲッティー | | | | | | |
| 16 | オレンジ 金 | つぶしがゆ じゃが芋ときな粉ののり きゅうりののり | おかゆ/軟飯 人参とささみの煮物 きゅうり和え じゃが芋と玉葱の味噌汁 | ごはん 鶏肉の甘辛煮 鉄骨サラダ じゃが芋と玉葱の味噌汁 | リンゴジュースゼリー リンゴジュースゼリー | | | | | | |
| 17 | 赤ちゃん せんべい | | おかゆ/軟飯 玉葱とささみの煮物 蒸しかぼちゃ 人参とキャベツの味噌汁 | ごはん 玉葱とささみの煮物 コールスローサラダ アスパラスープ | 赤ちゃんせんべい ビスケット | | | | | | |