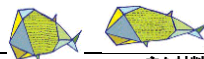


# 6月の予定献立表【離乳食 中期・後期・完了】



石山くじら小規模保育園  
発行日:令和8年5月吉日

日	曜	主な材料				
		昼食	おやつ	血・肉・骨になる(赤)	熱や力となる(黄)	調子をととのえる(緑)
1	月	おかゆ・たまねぎのみそ汁 鶏肉の野菜煮 キャベツの和え物	(午前)せんべい (午後)パンがゆ★	鶏肉・牛乳	鶏肉・牛乳	たまねぎ・にんじん・カントわかめ・キャベツ
2	火	肉うどん ポテトサラダ トマト	(午前)せんべい (午後)鮭がゆ★	鶏肉・鮭	せんべい・うどん・かたくり粉・じゃがいも・米	にんじん・たまねぎ・きゅうり・トマト
3	水	おかゆ・たまねぎのすまし汁 鶏肉の野菜あんかけ 粉ふきいも	(午前)せんべい (午後)ビスケット	鶏肉	せんべい・米・かたくり粉・じゃがいも・ビスケット	たまねぎ・にんじん・あおのり
4	木	おかゆ・茄子のみそ汁 豆腐ハンバーグ カラフルサラダ	(午前)せんべい (午後)じゃがいももち★	鶏肉・絹ごし豆腐・ツナ	せんべい・米・かたくり粉	茄子・たまねぎ・にんじん・ブロッコリー・きゅうり・コーン
5	金	おかゆ・小松菜のすまし汁 鮭の味噌煮 温野菜	(午前)せんべい (午後)わかめがゆ★	ウエハース・米・マカロニ・焼き麩・きなこ	鮭	ごまつな・にんじん・たまねぎ・きゅうり
6	土	お弁当	せんべい(午前) せんべい(午後)	お弁当	せんべい	
8	月	おかゆ・味噌汁 白身魚の磯煮 にんじんとコーンのサラダ	(午前)ビスケット (午後)ヨーグルト	ビスケット・米	白身魚・ヨーグルト	たまねぎ・にんじん・あおのり・コーン・きゅうり
9	火	鶏肉のあんかけ丼 中華スープ バナナ	(午前)ビスケット (午後)蒸しパン★	ビスケット・米・じゃがいも・かたくり粉・バナナ	鶏肉	にんじん・たまねぎ・はくさい・カントわかめ
10	水	おかゆ・お麩のみそ汁 肉じゃが キャベツのおかか和え	(午前)せんべい (午後)ウエハース	せんべい・米・焼き麩・じゃがいも	牛肉	にんじん・たまねぎ・キャベツ
11	木	鶏肉のあんかけ丼 小松菜の煮ひたし オレンジ	(午前)せんべい (午後)ビスケット	せんべい・米・食パン	白身魚・牛乳	たまねぎ・にんじん・あおのり
12	金	パンがゆ・トマトスープ じゃがいものおやき ほうれん草のソテー	(午前)せんべい (午後)わかめがゆ★	せんべい・ロールパン・米・じゃがいも・かたくり粉	鶏肉	たまねぎ・にんじん・ホールトマト・ほうれん草・カントわかめ
13	土	お弁当	せんべい(午前) せんべい(午後)	お弁当	せんべい	
15	月	豚肉と野菜のあんかけ丼 わかめスープ にんじんとコーンのサラダきゅうりのサラダ	(午前)ビスケット (午後)バナナ蒸しパン★	ビスケット・米・ホットケーキミックス・バナナ	豚ひき肉・絹ごし豆腐・豆乳	にんじん・たまねぎ・カントわかめ・きゅうり
16	火	おかゆ・野菜スープ 鶏肉の野菜煮 キャベツのサラダ	(午前)せんべい (午後)ビスケット	せんべい・米・じゃがいも・ビスケット	鶏肉	にんじん・たまねぎ・キャベツ・きゅうり
17	水	おかゆ・ジャガイモのみそ汁 鶏そぼろあん コーンサラダ	(午前)ウエハース (午後)バナナ	ウエハース・米・じゃがいも・バナナ	鶏肉	たまねぎ・カントわかめ・にんじん・コーン・きゅうり
18	木	わかめがゆ・たまねぎのすまし汁 白身魚の旨煮 野菜のサラダ	(午前)せんべい (午後)ビスケット	せんべい・米・ビスケット	白身魚	炊き込みわかめ・たまねぎ・にんじん・きゅうり
19	金	パンがゆ・スープ 鶏肉のうま煮 ブロッコリーのサラダ	(午前)せんべい (午後)わかめがゆ★	せんべい・ロールパン・じゃがいも・米	鶏肉	キャベツ・にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・コーン
20	土	お弁当	せんべい(午前) せんべい(午後)	お弁当	せんべい	
22	月	おかゆ・豆腐の味噌汁 野菜のそぼろ煮 ほうれん草のおかかあえ	(午前)せんべい (午後)お麩のミルク煮★	せんべい・米・焼き麩	絹ごし豆腐・鶏肉・牛乳	にんじん・たまねぎ・はくさい・ほうれん草・カントわかめ
23	火	鮭のあんかけ丼 おくらのみそ汁 豆腐と野菜のあんかけ	(午前)せんべい (午後)ビスケット	せんべい・米・かたくり粉・ビスケット	鮭・絹ごし豆腐	にんじん・たまねぎ・オクラ
24	水	おかゆ・野菜のみそ汁 鶏肉の野菜煮 キャベツの塩昆布和え	(午前)せんべい (午後)きなこパンがゆ★	せんべい・米・食パン	鶏肉・牛乳	たまねぎ・カントわかめ・にんじん・キャベツ
25	木	おかゆ・もやしの味噌汁 白身魚のだし煮 小松菜の和え物	(午前)ウエハース (午後)蒸しパン★	ウエハース・米・ホットケーキミックス	白身魚・牛乳	にんじん・たまねぎ・ごまつな
26	金	野菜うどん 人参とジャガイモのサラダ	(午前)せんべい (午後)バナナ	せんべい・うどん・じゃがいも・バナナ	鶏肉	キャベツ・にんじん
27	土	お弁当	せんべい(午前) せんべい(午後)	お弁当	せんべい	
29	月	おかゆ・ほうれん草のみそ汁 鶏肉の野菜煮 人参スティック	(午前)ビスケット (午後)せんべい	ビスケット・米・せんべい	鶏肉	ほうれん草・たまねぎ・にんじん
30	火	おかゆ・たまねぎのすまし汁 白身魚の磯煮 人参と玉ねぎの煮物	(午前)せんべい (午後)ビスケット	せんべい・米・じゃがいも・ビスケット	鶏肉	にんじん・たまねぎ・ごまつな・オレンジ

※上記は後期食の献立です(おやつは後期食から提供致します)。離乳食の進み具合に応じて、提供する食材、味付け、形態を変えさせていただきます。

★印のおやつは、手作りです。 ※完了食から午前、午後おやつに牛乳が付きまます。