

離乳食献立 令和5年度 6月

日付	献立名	材料 (1回食)	献立名	材料 (2回食)
1 (木)	白がゆ 味噌汁	米 豆腐, しめじ, 三つ葉, ねぎ, じゃが芋, だし, 味噌	白がゆ 白身魚のくたくた煮	米 白身魚, きゅうり, キャベツ, 人参, 玉ねぎ, だし, しょうゆ
2 (金)	白がゆ 味噌汁	米 もやし, えのきたけ, 油揚げ, ねぎ, だし, 味噌	白がゆ 豚肉のじゃが芋きんぴら	米 豚肉, じゃが芋, 人参, ピーマン, だし, しょうゆ
5 (月)	白がゆ 味噌汁	米 生揚げ, えのきたけ, 三つ葉, じゃが芋, だし, 味噌	ツナがゆ 鶏肉のコーン煮	米, ツナ 鶏肉, 人参, 玉ねぎ, チンゲン菜, ホールコーン缶, だし, しょうゆ
6 (火)	白がゆ にらスープ	米 にら, もやし, じゃが芋, 玉ねぎ, しめじ, 野菜スープ	人参がゆ 白身魚のケチャップ煮	米, 人参 白身魚, キャベツ, きゅうり, ねぎ, しいたけ, キャベツ, ケチャップ
7 (水)	白がゆ 味噌汁	米 玉ねぎ, 油揚げ, かいわれ, きゅうり, しいたけ, だし, 味噌	白がゆ 鶏の旨煮	米 鶏肉, 人参, しいたけ, グリンピース, じゃが芋, だし, しょうゆ
8 (木)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, もやし, わかめ, えのきたけ, だし, しょうゆ	緑がゆ 豚肉のごま風煮	米, チンゲン菜 豚肉, 玉ねぎ, ねぎ, キャベツ, ごま, だし, しょうゆ
9 (金)	白がゆ 味噌汁	米 しめじ, 花切干, 生揚げ, わかめ, だし, 味噌	白がゆ 旨煮	米 鶏肉, じゃが芋, 人参, 玉ねぎ, しいたけ, だし, しょうゆ
12 (月)	白がゆ クリームシチュー	米 豚肉, じゃが芋, 玉ねぎ, 人参, ホワイトソース	ピースがゆ 野菜のくたくた煮	米, グリンピース キャベツ, きゅうり, しいたけ, ねぎ, だし, しょうゆ
13 (火)	白がゆ 根菜汁	米 人参, 花切干, 油揚げ, わかめ, じゃが芋, だし, 味噌	ツナがゆ 白和え	米, ツナ チンゲン菜, しいたけ, 豆腐, だし, しょうゆ
14 (水)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, 玉ねぎ, かいわれ, しいたけ, 油揚げ, だし, しょうゆ	白がゆ 味噌煮	米 豚肉, キャベツ, 人参, しめじ, だし, 味噌
15 (木)	白がゆ 味噌汁	米 じゃが芋, 油揚げ, 玉ねぎ, キャベツ, ねぎ, だし, 味噌	白がゆ 炒り鶏	米 鶏肉, 人参, しいたけ, グリンピース, だし, しょうゆ
16 (金)	白がゆ じゃが芋スープ	米 じゃが芋, 玉ねぎ, しめじ, コンソメ	白がゆ 五目煮	米 豚肉, キャベツ, ピーマン, 人参, しいたけ, だし, しょうゆ
19 (月)	白がゆ 味噌汁	米 生揚げ, わかめ, きゅうり, だし, 味噌	ひじきがゆ そばろ煮	米, ひじき 鶏ミンチ, じゃが芋, 玉ねぎ, 人参, しいたけ, だし, しょうゆ
20 (火)	白がゆ 味噌汁	米 えのきたけ, もやし, わかめ, じゃが芋, だし, 味噌	白がゆ 白身魚のやわらか煮	米 白身魚, キャベツ, きゅうり, 人参, だし, しょうゆ
21 (水)	白がゆ すまし汁	米 玉ねぎ, しめじ, かいわれ, キャベツ, だし, しょうゆ	緑がゆ 旨煮	米, チンゲン菜 豚肉, 人参, グリンピース, じゃが芋, だし, しょうゆ
22 (木)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, えのきたけ, あさつき, 生揚げ, だし, しょうゆ	白がゆ 豚肉のクリーム煮	米 豚肉, 玉ねぎ, 三つ葉, しめじ, ホワイトソース
23 (金)	白がゆ コーンスープ	米 キャベツ, きゅうり, ホールコーン缶, コーンクリーム	ピースがゆ 牛肉の旨煮	米, グリンピース 牛肉, 玉ねぎ, 人参, マッシュルーム, だし, しょうゆ
26 (月)	白がゆ 味噌汁	米 じゃが芋, わかめ, 玉ねぎ, キャベツ, だし, 味噌	白がゆ ひじき煮	米 ひじき, 鶏肉, 油揚げ, 人参, さやいんげん, だし, しょうゆ
27 (火)	白がゆ 野菜スープ	米 チンゲン菜, ホールコーン缶, わかめ, きゅうり, 玉ねぎ, 野菜スープ	かぼちゃがゆ 豚肉ともやしの 含め煮	米, かぼちゃ 豚肉, もやし, 人参, ピーマン, だし, しょうゆ
28 (水)	白がゆ すまし汁	米 豆腐, 玉ねぎ, 三つ葉, 油揚げ, だし, しょうゆ	白がゆ 五目煮	米 人参, しいたけ, ツナ, 水菜, じゃが芋, だし, しょうゆ
29 (木)	白がゆ もやしスープ	米 もやし, ホールコーン缶, ズッキーニ, キャベツ, きゅうり, コンソメ	白がゆ 白身魚と野菜の 和風煮	米 白身魚, 玉ねぎ, 人参, ピーマン, だし, しょうゆ
30 (金)	白がゆ 春雨スープ	米 春雨, レタス, もやし, ホールコーン缶, コーンクリーム	白がゆ 生揚げと豚肉の ケチャップ煮	米 生揚げ, 豚肉, 玉ねぎ, じゃが芋, さやいんげん, ケチャップ

【注】

アレルギーの初発事故を防ぐため、献立に使用されている食品の中で「食べたことがない食材」がある場合は、必ず、事前に家庭で2回以上食べて、何ら症状が誘発されないことを確認してください。
保育園では、安全を最優先にいたしますので、家庭で試すことができなかった場合はご連絡ください。