



令和3年6月献立表(離乳食)



日 曜	時間帯	献立	材 料 名		
			黄	赤	緑
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
01 火	17 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 肉じゃが インゲンのおかか和え みかん缶	米 じゃが芋、油、砂糖 砂糖	木綿豆腐、みそ 豚肉 ハム、かつお節	ほうれん草、ねぎ 玉葱、人参、絹さや キャベツ、いんげん、人参、コーン みかん缶
		午後おやつ 牛乳 焼きプリンタルト	焼きプリンタルト	牛乳 牛乳	
02 水	29 火	昼食 パン粥・御飯(軟飯・お粥) 肉団子のクリームシチュー マカロニサラダ りんごのコンポート(りんごムース)	ロールパン・米 じゃが芋、クリームシチューの素、パン粉 マカロニ、マヨネーズ	牛乳 牛乳、豚挽肉、豆腐 ツナ缶	玉葱、人参 きゅうり、人参 りんご
		午後おやつ 飲むヨーグルト ココアクッキー	小麦粉、砂糖、ココア	飲むヨーグルト バター、卵(黄)	
03 木	16 水	昼食 肉みそうどん トマトスープ もやしナムル バナナ	うどん、片栗粉、油、砂糖 ごま	豚挽肉、みそ 卵 ハム	玉葱、人参、ピーマン、しいたけ トマト、レタス、玉葱 もやし、人参、ほうれん草 バナナ
		午後おやつ 牛乳 栗かぼちゃとさつまいものクッキー	栗かぼちゃとさつまいものクッキー	牛乳	
04 金	虫 歯 予 防 給 食	昼食 ひじきご飯(軟飯・お粥) みそ汁 白身魚の煮魚(ブロッコリー・トマト添え) フルーツポンチ	米 砂糖	豚挽肉、油揚げ、ひじき みそ たら	人参 ほうれん草、人参 ブロッコリー、ミニトマト バナナ、りんご、みかん缶
		午後おやつ 牛乳 蒸しパン(いちご)	蒸しパン(いちご)	牛乳 牛乳	
07 月	25 金	昼食 御飯(軟飯・お粥) スープ 鶏肉のケチャップ煮 小松菜とツナのごま和え みかん缶	米 砂糖 ごま	鶏もも肉 ツナ缶	コーン、人参 玉葱、しいたけ、ピーマン 小松菜、人参 みかん缶
		午後おやつ 牛乳 さつまい芋ボール	さつまい芋、砂糖	牛乳 牛乳	
08 火	18 金	昼食 パン粥・御飯(軟飯・お粥) キャロットスープ 鮭の和風ソースがけ 大根サラダ パインムース	まるパン・米 すりごま、砂糖	牛乳 鮭 かにかま	人参、玉葱 大根、きゅうり、黄ピーマン、人参 パイン缶
		午後おやつ 牛乳 豆乳ドーナツ	豆乳ドーナツ	牛乳 牛乳	
09 水	21 月	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 カレイの煮つけ ブロッコリーサラダ フルーツカクテルムース	米 砂糖 マヨネーズ	みそ かれい 魚肉ソーセージ	キャベツ、人参 しょうが ブロッコリー、人参、コーン フルーツカクテル缶
		午後おやつ 牛乳 蒸しパン(バナナ)	蒸しパン(バナナ)	牛乳 牛乳	
10 木	28 月	昼食 醤油ラーメン シュウマイ風 ほうれん草とささみの和え物 バナナ	中華めん、油 パン粉 砂糖	豚肉 豚挽肉、豆腐 鶏ささ身	もやし、にら、人参、コーン 葱 ほうれん草、人参 バナナ
		午後おやつ 牛乳 プリン		牛乳 プリンの素、牛乳	
11 金	22 火	昼食 カレーライス(軟飯・お粥) 麩のすまし汁 コールスローサラダ ストロベリーゼリー	米、じゃが芋、カレーライスのルー、油 焼ふ マヨネーズ	豚挽肉 ストロベリーベリーの素	玉葱、人参、しょうが、にんにく えのき、ねぎ きゅうり、キャベツ、人参、コーン
		午後おやつ 牛乳 たまごボーロ	たまごボーロ	牛乳	
14 月	30 水	昼食 御飯(軟飯・お粥) みそ汁 チキンカツ風 小松菜とじゃこのさつと煮 洋なしムース	米 じゃが芋	みそ チキンカツ しらす干し	人参、ねぎ 小松菜、人参、コーン 洋なし缶
		午後おやつ 牛乳 キャロットゼリー	砂糖	牛乳 粉寒天	人参、オレンジ濃縮果汁、レモン果汁
15 火	24 木	昼食 御飯(軟飯・お粥) すまし汁 白身魚の香り蒸し(チンゲン菜) ポテトサラダ ももムース	米 花麩 じゃが芋、マヨネーズ	豚挽肉 メルルーサ 魚肉ソーセージ	人参、玉ねぎ チンゲン菜、えのき、ねぎ、しょうが きゅうり、人参 もも缶
		午後おやつ 野菜ジュース お米deメープルマフィン	お米deメープルマフィン	牛乳	野菜ジュース
23 水	お 誕 生 日 給 食	昼食 チキンライス(軟飯・お粥) 野菜スープ カリフラワーのサラダ バナナ	米、油 マヨネーズ	鶏もも肉 ベーコン	玉葱、人参 キャベツ、人参 ブロッコリー、カリフラワー、人参 バナナ
		午後おやつ ジョア ケーキ	砂糖、小麦粉	ジョア 卵、牛乳、バター、生クリーム	

※おやつ 6月26日(土) たべっ子どうぶつ
※マヨネーズは、卵不使用タイプになります。

