令和5年度

6月　離乳食献立表

菊野台かしのみ保育園

	7・8か月頃		9～11か月頃			
	午前食	食材	午前食	食材	午後食	食材
1(木)	パンがゆ チキンボール キャベツの軟らか煮 オニオンスープ	食パン・牛乳 鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	パン チキンボール キャベツ煮 オニオンスープ	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	ひじきがゆ	米・ひじき・人参・いんげん
2(金)	7倍がゆ かじきの人参煮 大根の軟らか煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・人参 大根・胡瓜 豆腐・長ねぎ	おかゆ かじきの人参煮 大根煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・人参 大根・胡瓜 豆腐・長ねぎ	豚汁うどん	うどん・豚挽肉・大根・人参・豆腐
3(土)	鶏がゆ 胡瓜の軟らかツナ煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・わかめ	鶏がゆ 胡瓜のツナ煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・わかめ	パン キャベツスープ	プティポワン キャベツ・人参・ツナ
5(月)	7倍がゆ カレイの玉ねぎ煮 胡瓜の軟らか煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 胡瓜・もやし・人参 キャベツ	おかゆ カレイの玉ねぎ煮 胡瓜煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 胡瓜・もやし・人参 キャベツ	パン 人参スープ	食パン 人参・玉ねぎ
6(火)	五目うどん ブロッコリー軟らか煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・ 玉ねぎ・人参・もやし ブロッコリー・コーン	五目うどん ブロッコリー軟らか煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・ 玉ねぎ・人参・もやし ブロッコリー・コーン	ツナじゃが ねぎスープ	じゃが芋・ツナ 長ねぎ・人参キャベツ
7(水)	7倍がゆ ささみの甘辛煮 小松菜の軟らか煮 味噌汁	米 ささみ・玉ねぎ 小松菜・人参 もやし・万能ねぎ	おかゆ ささみの甘辛煮 小松菜煮 味噌汁	米 ささみ・玉ねぎ 小松菜・人参 もやし・万能ねぎ	蒸しパン 青菜スープ	小麦粉・BP・牛乳 小松菜・玉ねぎ・人参
8(木)	パンがゆ ポトフ ほうれん草の軟らか煮	食パン・牛乳 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 キャベツ ほうれん草・コーン	パン ポトフ ほうれん草の軟らか煮	食パン 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 キャベツ ほうれん草・コーン	鶏挽がゆ	米・鶏挽肉・人参・ほうれん草・ 玉ねぎ
9(金)	白菜がゆ 人参のわかめ煮 ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参 人参・わかめ 長ねぎ・豆腐	白菜がゆ 人参のわかめ煮 ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参 人参・わかめ 長ねぎ・豆腐	ホットケーキ わかめスープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 わかめ・長ねぎ・豆腐
10(土)	挽肉がゆ キャベツの軟らか煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 大根・万能ねぎ	挽肉がゆ キャベツ煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 大根・万能ねぎ	パン ベジタブルスープ	プティブラン 玉ねぎ・人参・キャベツ
12(月)	7倍がゆ 鶏じゃが 胡瓜と大根の軟らか煮 味噌汁	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 胡瓜・大根 玉ねぎ	おかゆ 鶏じゃが 胡瓜と大根煮 味噌汁	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 胡瓜・大根 玉ねぎ	わかめがゆ	米・わかめ・玉ねぎ・人参
13(火)	肉うどん 人参の軟らか煮	うどん・豚挽肉・大根・長ねぎ 人参・小松菜	肉うどん 人参の軟らか煮	うどん・豚挽肉・大根・長ねぎ 人参・小松菜	コーンがゆ	米・コーン・玉ねぎ・人参
14(水)	7倍がゆ 豚挽と大根の煮物 白菜の軟らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・大根 白菜・胡瓜 わかめ・長ねぎ	おかゆ 豚挽と大根の煮物 白菜煮 味噌汁	米 豚挽肉・大根 白菜・胡瓜 わかめ・長ねぎ	蒸しパン しらすのスープ	小麦粉・BP・牛乳 しらす・白菜・大根・長ねぎ
15(木)	パンがゆ チキンボール キャベツの軟らか煮 オニオンスープ	食パン・牛乳 鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	パン チキンボール キャベツ煮 オニオンスープ	食パン 鶏挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 玉ねぎ・チンゲン菜	ミルクがゆ	米・玉ねぎ・キャベツ・牛乳
16(金)	7倍がゆ かじきの人参煮 大根の軟らか煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・人参 大根・胡瓜 豆腐・長ねぎ	おかゆ かじきの人参煮 大根煮 味噌汁	米 かじきまぐろ・人参 大根・胡瓜 豆腐・長ねぎ	豚汁うどん	うどん・豚挽肉・大根・人参・豆腐
17(土)	鶏がゆ 胡瓜の軟らかツナ煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・わかめ	鶏がゆ 胡瓜のツナ煮 味噌汁	米・鶏挽肉・人参 胡瓜・ツナ 玉ねぎ・わかめ	パン キャベツスープ	プティポワン キャベツ・人参・ツナ
19(月)	7倍がゆ カレイの玉ねぎ煮 胡瓜の軟らか煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 胡瓜・もやし・人参 キャベツ	おかゆ カレイの玉ねぎ煮 胡瓜煮 味噌汁	米 カレイ・玉ねぎ 胡瓜・もやし・人参 キャベツ	パン 人参スープ	食パン 人参・玉ねぎ
20(火)	五目うどん ブロッコリー軟らか煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・ 玉ねぎ・人参・もやし ブロッコリー・コーン	五目うどん ブロッコリー軟らか煮	うどん・豚挽肉・キャベツ・ 玉ねぎ・人参・もやし ブロッコリー・コーン	ツナじゃが ねぎスープ	じゃが芋・ツナ 長ねぎ・人参キャベツ
21(水)	7倍がゆ ささみの甘辛煮 小松菜の軟らか煮 味噌汁	米 ささみ・玉ねぎ 小松菜・人参 もやし・万能ねぎ	おかゆ ささみの甘辛煮 小松菜煮 味噌汁	米 ささみ・玉ねぎ 小松菜・人参 もやし・万能ねぎ	蒸しパン 青菜スープ	小麦粉・BP・牛乳 小松菜・玉ねぎ・人参
22(木)	パンがゆ ポトフ ほうれん草の軟らか煮	食パン・牛乳 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 キャベツ ほうれん草・コーン	パン ポトフ ほうれん草の軟らか煮	食パン 豚挽肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋 キャベツ ほうれん草・コーン	鶏挽がゆ	米・鶏挽肉・人参・ほうれん草・ 玉ねぎ
23(金)	白菜がゆ 人参のわかめ煮 ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参 人参・わかめ 長ねぎ・豆腐	白菜がゆ 人参のわかめ煮 ねぎスープ	米・豚挽肉・白菜・人参 人参・わかめ 長ねぎ・豆腐	ホットケーキ わかめスープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 わかめ・長ねぎ・豆腐
24(土)	挽肉がゆ キャベツの軟らか煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 大根・万能ねぎ	挽肉がゆ キャベツ煮 味噌汁	米・豚挽肉・玉ねぎ キャベツ・胡瓜・人参 大根・万能ねぎ	パン ベジタブルスープ	プティブラン 玉ねぎ・人参・キャベツ
26(月)	7倍がゆ 鶏じゃが 胡瓜と大根の軟らか煮 味噌汁	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 胡瓜・大根 玉ねぎ	おかゆ 鶏じゃが 胡瓜と大根煮 味噌汁	米 鶏挽肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 胡瓜・大根 玉ねぎ	わかめがゆ	米・わかめ・玉ねぎ・人参
27(火)	肉うどん 人参の軟らか煮	うどん・豚挽肉・大根・長ねぎ 人参・小松菜	肉うどん 人参の軟らか煮	うどん・豚挽肉・大根・長ねぎ 人参・小松菜	コーンがゆ	米・コーン・玉ねぎ・人参
28(水)	7倍がゆ 豚挽と大根の煮物 白菜の軟らか煮 味噌汁	米 豚挽肉・大根 白菜・胡瓜 わかめ・長ねぎ	おかゆ 豚挽と大根の煮物 白菜煮 味噌汁	米 豚挽肉・大根 白菜・胡瓜 わかめ・長ねぎ	蒸しパン しらすのスープ	小麦粉・BP・牛乳 しらす・白菜・大根・長ねぎ
29(木)	人参がゆ ハンバーグ 茹で野菜 オニオンスープ	米・人参 豚挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ	人参がゆ ハンバーグ 茹で野菜 オニオンスープ	米・人参 豚挽肉・玉ねぎ ブロッコリー・人参 玉ねぎ	ホットケーキ ポテトスープ	ホットケーキMIX粉・牛乳 じゃが芋・玉ねぎ・人参 ブロッコリー
30(金)	7倍がゆ 煮魚 二色野菜 清汁	米 カレイ 胡瓜・人参 人参・里芋・麩	おかゆ 煮魚 二色野菜 清汁	米 カレイ 胡瓜・人参 人参・里芋・麩	蒸しパン キャベツスープ	小麦粉・BP・牛乳 キャベツ・小松菜・人参

※主食・主菜・副菜の分量については乳児食の８割からを目安としています。
※プティポワン・プティブランは、国産小麦使用、卵不使用のやわらかな食感のパンです。