



6月献立表



| 日付 | 献立名 | おやつ | 材 料 名 | | | |
|---------|--|-----------------------|---|--|--|-----------------------|
| | | | 【赤】 血や肉や骨になるもの | 【黄】 熱と力になるもの | 【緑】 体の調子を整えるもの | その他調味料 |
| 1 土 | わかめごはん ウィンナー 豚汁 バイナップル | 保育乳 ビスケット | ○保育乳、豚肉、みそ、ウィンナー | 米、じゃがいも、○ビスケット | にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ、バイナップル | |
| 3 月 | たきこみごはん ちくわいソベ揚げ ブロッコリーごま和え さつま芋みそ汁 オレンジ | 保育乳 オートミールクッキー | ○保育乳、鶏もも肉、ちくわ、豚肉、みそ、○卵、○牛乳 | 米、さつまいも、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖、○オートミール、小麦粉、揚げ油、すりごま、○黒ごま | オレンジ、にんじん、ブロッコリー、ごぼう、たけのこ(ゆで)、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、あおのり | しょうゆ、食塩 |
| 4 火 | ごはん 肉とうふ煮 ナムル キャベツみそ汁 りんご | 保育乳 にらひらやーちー | ○保育乳、沖縄豆腐、○調製豆乳、豚肉、油揚げ、みそ、○ツナ油漬缶 | 米、しらたき、○小麦粉、砂糖、ごま油、油 | りんご、キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、たまねぎ、生しいたけ、長ねぎ、○にら | しょうゆ、酢、○食塩 |
| 5 水 | あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツのツナ和え じゃが芋スープ バナナ | 保育乳 黒糖蒸しケーキ | ○保育乳、豚肉、厚揚げ、大豆水煮、みそ、ツナ油漬缶、○牛乳 | 米、じゃがいも、あわ、油、砂糖 ○ホットケーキ粉、○油、○黒砂糖 | たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、えのきたけ、カットわかめ、バナナ | しょうゆ、食塩 |
| 6 木 | ピビンバ ウィンナー 豆腐スープ オレンジ | 保育乳 大学いも | ○保育乳、豚肉、○調製豆乳、沖縄豆腐、みそ | 米、ごま油、白ごま、砂糖、○さつまいも、○砂糖、○黒ごま | オレンジ、こまつな、にんじん、もやし、コーン缶、キャベツ、ねぎ、にんにく、しょうが | しょうゆ、食塩 |
| 7 金 | ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐みそ汁 バナナ | 保育乳 ジャムサンド(ブルーベリー) | ○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、油揚げ | 米、はるさめ、砂糖、片栗粉、ごま油、油、○食パン | バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パイン缶、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ、○100%果実ジャム(ブルーベリー) | ケチャップ、しょうゆ、酢 |
| 8 土 | マーボー豆腐どんぶり ウィンナー すまし汁 バイナップル | 保育乳 ホットケーキ | ○保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、○牛乳、ウィンナー | 米、油、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○BP | パイン缶、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく、ねぎ、わかめ | |
| 10 月 | 麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 春雨スープ りんご | 保育乳 芋てんぷら | ○保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶 | ○さつまいも、米、○小麦粉、○揚げ油、はるさめ、押麦、砂糖、油、片栗粉 | りんご、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが | しょうゆ、食塩 |
| 11 火 | ごはん 肉じゃが おかか和え 豆腐みそ汁 バナナ | 保育乳 ショートブレッド(コア) | ○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、○牛乳 | 米、じゃがいも、○小麦粉、しらたき、○無塩バター、○三温糖 | バナナ、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ | しょうゆ |
| 12 水 | ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ オレンジ | 保育乳 黒糖ポーポー | ○保育乳、鶏ひき肉、○調製豆乳、豚肉、みそ | 米、○小麦粉、パン粉、○粉黒糖、砂糖、油、白ごま、○油 | オレンジ、こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ | しょうゆ、食塩 |
| 13 木 | ごはん 高野豆腐含め煮 キャツおかか和え さつま芋みそ汁 オレンジ | 保育乳 紅芋クッキー | ○保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、みそ、○卵、○牛乳 | 米、さつまいも、片栗粉、砂糖、○小麦粉、○BP、○無塩バター、○砂糖、○紅芋パウダー | にんじん、だいこん、こまつな、キャベツ、オレンジ | しょうゆ、食塩 |
| 14 金 | あわごはん 鮭の塩焼き ブロッコリーひじき炒め じゃが芋みそ汁 りんご | 保育乳 ヨーグルトスコーン | ○保育乳、さけ、みそ、豚肉、○プレーンヨーグルト、○卵 | 米、じゃがいも、パン粉、あわ、油、○強力粉、○無塩バター、○三温糖 | りんご、ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、ひじき、にんにく | しょうゆ、食塩 |
| 15 土 | 豚と野菜シウカ焼きどんぶり すまし汁 ウィンナー バイナップル | 保育乳 ビスケット | ○保育乳、豚肉、ウィンナー | 米、油、砂糖、片栗粉、○ビスケット | パイン缶、たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、しょうが、ねぎ、わかめ | しょうゆ |
| 17 月 | あわごはん 照り焼きチキン もずくチャンプルー じゃが芋みそ汁 すいか | 保育乳 ストーンクッキー | ○保育乳、鶏肉、豚肉、みそ、○卵、○牛乳、○きな粉 | 米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、○黒砂糖、小麦粉、油、あわ | すいか、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、○マーメレード、しょうが | しょうゆ、食塩 |
| 18 火 | 夏野菜カレー ウィンナー オクラ昆布和え すまし汁 バナナ | 保育乳 ココア蒸しケーキ | ○保育乳、豚肉、ウィンナー | 米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○油、○三温糖、○ココアパウダー | たまねぎ、バナナ、かぼちゃ、にんじん、なす、きゅうり、オクラ、トマト水煮缶(カット)、塩こんぶ | カレールウ、和風ドレッシング |
| 19 水 | ☆ お弁当会 ☆ | 保育乳 黒糖ちんすこう | ○保育乳 | ○小麦粉、○油、○三温糖、○黒砂糖 | | |
| 20 木 | ごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え 鶏肉スープ りんご | 保育乳 スウィートポテト | ○保育乳、豚ひき肉、厚揚げ、鶏もも肉、大豆水煮、みそ、○牛乳、○卵 | ○さつまいも、米、じゃがいも、○生クリーム、○三温糖、油、砂糖 | ○オレンジ、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、○マーメレード、しょうが | しょうゆ、食塩 |
| 21 金 | じゃーじゃーめん 豆腐わかめスープ オレンジ | 保育乳 みそおにぎり | ○保育乳、豚ひき肉、沖縄豆腐、○ツナ油漬缶、○みそ、赤みそ、テンメンジャン | ゆで中華めん、○米、○三温糖、油、砂糖、片栗粉 | オレンジ、長ねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、たけのこ(ゆで)、ねぎ、黒きくらげ、干しいたけ、にんにく、しょうが、○味付けのり、カットわかめ | しょうゆ、食塩 |
| 22 土 | 五目ごはん ウィンナー 豆腐スープ バイナップル | 保育乳 ホットケーキ | ○保育乳、沖縄豆腐、豚肉、○牛乳、ウィンナー | 米、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○BP | にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ | しょうゆ、食塩 |
| 24 月 | ごはん マーボー豆腐 ナムル ポテトスープ オレンジ | 保育乳 芋かりんとう | ○保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、みそ、ツナ油漬缶 | ○さつまいも、米、じゃがいも、○黒砂糖、○揚げ油、油、三温糖、ごま油、○白ごま、砂糖、片栗粉 | オレンジ、にんじん、もやし、こまつな、長ねぎ、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、にんにく、カットわかめ | しょうゆ、酢、食塩 |
| 25 火 | 麦ごはん 鶏肉のオーロラ焼き ゴーヤチャンプルー キャベツみそ汁 りんご | 保育乳 ポテトサンド | ○保育乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、鶏もも肉、豚肉、みそ、○ツナ油漬缶 | 米、○食パン、○じゃがいも、○マヨネーズ、押麦、油 | たまねぎ、キャベツ、ゴーヤ、にんじん、○きゅうり、塩こんぶ | しょうゆ、食塩 |
| 26 水 | ウッチンライス ミートローフ 野菜ソテー ポテトスープ オレンジ | 保育乳 誕生会ケーキ | ○保育乳、豚肉、豚ひき肉、卵、ツナ油漬缶 | 米、じゃがいも、パン粉、砂糖、油 | たまねぎ、こまつな、コーン缶、ブロッコリー、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ | ケチャップ、しょうゆ、ウスターソース、食塩 |
| 27 木 | みそすき丼 すまし汁 ツナ和え バナナ | 保育乳 きな粉スコーン | ○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、豚肉、○プレーンヨーグルト、○卵、○きな粉、みそ、ツナ油漬缶 | 米、○強力粉、しらたき、○無塩バター、○黒砂糖、砂糖、片栗粉、油、○三温糖 | オレンジ、○パイン缶、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、長ねぎ、ごぼう、しょうが | しょうゆ |
| 28 金 | あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ りんご | 保育乳 ショートブレッド(コア) | ○保育乳、豚肉、沖縄豆腐、○牛乳 | じゃがいも、米、あわ、油、砂糖、片栗粉、○小麦粉、○ココアパウダー、○三温糖、○無塩バター | にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ | しょうゆ、食塩 |
| 29 土 | そぼろどんぶり ウィンナー すまし汁 バイナップル | 保育乳 ホットケーキ | ○保育乳、豚ひき肉、ウィンナー、○牛乳 | 米、油、○ホットケーキ粉、○小麦粉、○無塩バター、○砂糖、○油、○BP | オレンジ、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが、ねぎ、わかめ | しょうゆ、食塩 |

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



6月離乳食こんだて表①



2024年6月

宜野湾市 子育て支援課

| 日付 | 曜日 | 5、6か月頃 | 7、8か月頃 | 9か月～11か月頃 | 12か月～18か月頃 | 材料と体内での主なはたらき | | |
|----|----|---|--------------------------|------------------------------|-----------------------------|---------------|----------|---|
| | | | | | | 血や肉となる食物 | カや熱となる食物 | 体の調子をよくなる食物 |
| 1 | 土 | 野菜がゆ | ぞうすい | ぞうすい | ぞうすい | 豚肉 | 米、じゃがいも | にんじん、たまねぎ |
| 3 | 月 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | にんじん、ブロッコリー、ごぼう、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、たまねぎ、こまつな |
| 4 | 火 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豆腐、豚肉 | 米 | キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、コーン缶、たまねぎ、生しいたけ、切り干しだいこん |
| 5 | 水 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | かぼちゃ、こまつな、にんじん、たまねぎ、コーン缶、キャベツ、ねぎ |
| 6 | 木 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜キャベツペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豚肉、豆腐 | 米、じゃがいも | たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、えのきたけ、カットわかめ |
| 7 | 金 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ |
| 8 | 土 | 野菜がゆ | ぞうすい | ぞうすい | ぞうすい | 豆腐、豚ひき肉 | 米 | ねぎ、にんじん、干しいたけ |
| 10 | 月 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜サツマイモペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、ねぎ、干しいたけ |
| 11 | 火 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豚肉、豆腐 | 米、じゃがいも | にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ |
| 12 | 水 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん |
| 13 | 木 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜大根ペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豚肉、豆腐 | 米、さつまいも | にんじん、だいこん、こまつな、キャベツ、赤ピーマン、ねぎ |
| 14 | 金 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、じゃがいも | ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、ひじき |
| 15 | 土 | 野菜がゆ | ぞうすい | ぞうすい | ぞうすい | 豚肉 | 米 | たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ |

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます
 ☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※17日以降は裏面









6月離乳食こんだて表②



2024年6月

宜野湾市 子育て支援課

| 日付 | 曜日 | 5、6か月頃 | 7、8か月頃 | 9か月～11か月頃 | 12か月～18か月頃 | 材料と体内での主なはたらき | | |
|----|----|---|---|---|--|---------------|-----------------|---|
| | | | | | | 血や肉となる食物 | かや熱となる食物 | 体の調子をよくする食物 |
| 17 | 月 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、じゃがいも、さつまいも | キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、もずく、しめじ、ねぎ |
| | | | ミルク 芋がゆ | ミルク 芋がゆ | ミルク 芋がゆ→おにぎり | | | |
| 18 | 火 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豆腐、豚肉 | 米、じゃがいも | たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、なす、きゅうり、オクラ、こまつな |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ→おにぎり | | | |
| 19 | 水 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも、じゃがいも | たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、ピーマン |
| | | | ミルク さつま芋煮 | ミルク さつま芋煮 | ミルク さつま芋煮 | | | |
| 20 | 木 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豆腐 | 米、じゃがいも | たまねぎ、にんじん、こまつな |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ→おにぎり | | | |
| 21 | 金 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、じゃがいも | にんじん、もやし、きゅうり、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ、こまつな |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ→おにぎり | | | |
| 22 | 土 | 野菜がゆ | ぞうすい | ぞうすい | ぞうすい | 豆腐、豚肉 | 米 | にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ |
| | | |  |  |  | | | |
| 24 | 月 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豆腐、豚ひき肉 | 米、さつまいも、じゃがいも | にんじん、もやし、こまつな、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ |
| | | | ミルク さつま芋煮 | ミルク さつま芋煮 | ミルク さつま芋煮 | | | |
| 25 | 火 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、パン、じゃがいも | たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、こまつな |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜ペーストサント | | | |
| 26 | 水 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豆腐、豚ひき肉 | 米、じゃがいも、ホットケーキ粉 | たまねぎ、こまつな、コーン缶、ブロッコリー、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク ホットケーキ | | | |
| 27 | 木 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、白身魚 | 米、さつまいも | にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ごぼう |
| | | | ミルク 芋がゆ | ミルク 芋がゆ | ミルク 芋がゆ→おにぎり | | | |
| 28 | 金 | 10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポトポペースト | 7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ | 5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | 軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ | ミルク、豚肉、豆腐 | じゃがいも、米、マカロニ | たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン |
| | | | ミルク 野菜がゆ | ミルク 野菜がゆ | ミルク 煮込みマカロニ | | | |
| 29 | 土 | 野菜がゆ | ぞうすい | ぞうすい | ぞうすい | 豚ひき肉 | 米 | こまつな、にんじん、コーン缶 |
| | | |  |  |  | | | |

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

