

# 2021年 6月献立表 (離乳食)

日 曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。	日 曜	午前食	主な材料	午後食 ( )内は、主な材料です。
1 火	軟飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草の磯辺和え	米 鶏肉 大根 人参 ほうれん草 のり	スイートポテト (さつまいも)	16 水	軟飯 ツナとキャベツのクリーム煮 粉ふきいも	米 ツナ キャベツ 玉ねぎ 人参 粉ミルク じゃがいも パセリ	みそ風味リゾット (米 鶏肉 ほうれん草 人参 しいたけ)
2 水	軟飯 さつまいものカレーそぼろ煮 人参のおかか和え	米 鶏肉 さつまいも 玉ねぎ しめじ カレー粉 人参 かつおぶし	きな粉マカロニ (マカロニ きな粉)	17 木	軟飯 大根のそぼろ煮 ほうれん草の磯辺和え	米 鶏肉 大根 人参 ほうれん草 のり	赤ちゃんラスク (パン)
3 木	軟飯 魚のトマトソースがけ かぼちゃの煮もの	米 白身魚 トマト 玉ねぎ しいたけ かぼちゃ	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 玉ねぎ 人参 しめじ)	18 金	軟飯 高野豆腐の含め煮 キャベツのカレー風味煮込み	米 高野豆腐 人参 玉ねぎ 三度豆 ツナ キャベツ カレー粉	りんご蒸しパン (ホットケーキミックス りんご)
4 金	軟飯 白菜のミルク煮 大根スティック	米 ツナ 白菜 人参 しめじ 粉ミルク 大根	煮込みうどん (うどん 鶏肉 人参 しいたけ ほうれん草)	19 土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 麩のみそ汁	米 豆腐 鶏肉 しめじ 人参 麩 チンゲン菜	かぼちゃの甘煮 (かぼちゃ)
5 土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 麩のみそ汁	米 豆腐 鶏肉 しめじ 人参 麩 チンゲン菜	赤ちゃんりんごわらび餅 (りんご 片栗粉)	21 月	軟飯 白菜のミルク煮 大根スティック	米 ツナ 白菜 人参 しめじ 粉ミルク 大根	トマトかん (トマト 寒天)
7 月	軟飯 煮魚 小松菜の煮浸し	米 白身魚 人参 三度豆 小松菜	さつまいもようかん (さつまいも 寒天)	22 火	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 白菜の煮浸し	米 鶏肉 高野豆腐 しいたけ 白菜 人参	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)
8 火	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 白菜の煮浸し	米 鶏肉 高野豆腐 しいたけ 白菜 人参	じゃがいものお焼き (じゃがいも 青のり 片栗粉)	23 水	軟飯 さつまいものカレーそぼろ煮 人参のおかか和え	米 鶏肉 さつまいも 玉ねぎ しめじ カレー粉 人参 かつおぶし	じゃこトースト (パン しらす干し)
9 水	軟飯 キャベツのトマト煮 じゃがいもスティック	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ しめじ じゃがいも	ジャムロールサンド (パン 苺ジャム)	24 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 三度豆のみそ煮	米 豆腐 人参 ほうれん草 舞茸 三度豆	さつまいものレモン風味煮 (さつまいも レモン果汁)
10 木	軟飯 豆腐の野菜あんかけ 三度豆のみそ煮	米 豆腐 人参 ほうれん草 舞茸 三度豆	バナナ蒸しパン (ホットケーキミックス バナナ)	25 金	軟飯 かぼちゃの炊き合わせ ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ ブロッコリー かつおぶし	にゅうめん (そうめん 鶏肉 人参 三度豆 しいたけ)
11 金	軟飯 かぼちゃの炊き合わせ ブロッコリーのおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 玉ねぎ しめじ ブロッコリー かつおぶし	ひじきごはん (米 鶏肉 ひじき 人参 しいたけ 小松菜)	26 土	軟飯 魚のきのこあんかけ 豆腐のみそ汁	米 白身魚 人参 しいたけ えのき 豆腐 小松菜	かぼちゃの茶巾しぼり (かぼちゃ)
12 土	軟飯 魚のきのこあんかけ 豆腐のみそ汁	米 白身魚 人参 しいたけ えのき 豆腐 小松菜	コーンマカロニ (マカロニ コーン パセリ)	28 月	軟飯 ブロッコリーのそぼろあんかけ チンゲン菜の磯辺和え	米 鶏肉 ブロッコリー えのき 人参 チンゲン菜 のり	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)
14 月	軟飯 ブロッコリーのそぼろあんかけ チンゲン菜の磯辺和え	米 鶏肉 ブロッコリー えのき 人参 チンゲン菜 のり	クリームスパゲティ (スパゲティ 鶏肉 玉ねぎ 人参 三度豆 粉ミルク)	29 火	軟飯 ツナじゃが 三度豆のおかか和え	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 かつおぶし	赤ちゃんミルクわらび餅 (粉ミルク 片栗粉)
15 火	軟飯 ツナじゃが 三度豆のおかか和え	米 ツナ じゃがいも 人参 玉ねぎ 三度豆 かつおぶし	りんごのコンポート (りんご)	30 水	軟飯 キャベツのトマト煮 じゃがいもスティック	米 ツナ キャベツ トマト 玉ねぎ しめじ じゃがいも	かつおごはん (米 かつおぶし)

★この献立は後期食を基準に作成しています。お子様の成長に合わせて 食材・調理形態などを調整いたしますので、クラス担任にご相談ください。

★後期食については、午前食に果物がついています。

★調味料は記載していませんが、中期食より使用しています。