

# 2022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 水	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 白菜のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 白菜 人参 かつおぶし	りんごのコンポート (りんご)	16 木	軟飯 煮豆腐 ほうれん草の煮浸し	米 豆腐 三度豆 椎茸 ほうれん草 人参	りんごかん (りんごジュース 寒天)
2 木	軟飯 煮豆腐 ほうれん草の煮浸し	米 豆腐 三度豆 椎茸 ほうれん草 人参	苺蒸しパン (ホットケーキミックス 苺ジャム)	17 金	軟飯 魚のコーンソースがけ さつまいもスティック	米 白身魚 コーン 小松菜 人参 さつまいも	かぼちゃ蒸しパン (ホットケーキミックス かぼちゃ)
3 金	軟飯 ツナとキャベツのカレー風味煮込み ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ キャベツ 人参 えのき ブロッコリー	トマトリゾット (米 鶏肉 トマト 玉ねぎ 椎茸)	18 土	軟飯 魚の野菜あんかけ チンゲン菜の煮浸し	米 白身魚 人参 玉ねぎ えのき チンゲン菜	さつまいもの茶巾絞り (さつまいも)
4 土	軟飯 魚の野菜あんかけ チンゲン菜の煮浸し	米 白身魚 人参 玉ねぎ えのき チンゲン菜	かぼちゃの茶巾絞り (かぼちゃ)	20 月	軟飯 かぼちゃのそぼろあんかけ 白菜のおかか和え	米 鶏肉 かぼちゃ 三度豆 白菜 人参 かつおぶし	にゅうめん (そうめん 鶏肉 ほうれん草 人参 椎茸)
6 月	軟飯 豆腐のみそ煮 小松菜の煮浸し	米 豆腐 かぼちゃ 小松菜 人参	いもようかん (さつまいも 寒天)	21 火	軟飯 ツナとキャベツのカレー風味煮込み ブロッコリーのやわらか煮	米 ツナ キャベツ 人参 えのき ブロッコリー	マカロニきな粉 (マカロニ きな粉)
7 火	軟飯 ツナと大根のうま煮 人参スティック	米 ツナ 大根 しろ菜 椎茸 人参	赤ちゃんラスク (パン)	22 水	軟飯 鶏じゃが 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ 三度豆 かつおぶし	かつおごはん (米 かつおぶし)
8 水	軟飯 鶏じゃが 三度豆のおかか和え	米 鶏肉 じゃがいも 人参 玉ねぎ しめじ 三度豆 かつおぶし	わかめごはん (米 わかめ)	23 木	軟飯 煮魚 かぼちゃの煮もの	米 白身魚 ブロッコリー 人参 かぼちゃ	のりポテト (じゃがいも 青のり)
9 木	軟飯 煮魚 かぼちゃの煮もの	米 白身魚 ブロッコリー 人参 かぼちゃ	ホットケーキ (ホットケーキミックス)	24 金	軟飯 豆腐のトマト煮 じゃがいもスティック	米 豆腐 トマト 玉ねぎ しめじ じゃがいも	トマトスパゲティ (スパゲティ ツナ トマト 玉ねぎ マッシュルーム)
10 金	軟飯 豆腐のトマト煮 じゃがいもスティック	米 豆腐 トマト 玉ねぎ しめじ じゃがいも	クリームスパゲティ (スパゲティ ツナ 玉ねぎ 人参 粉ミルク)	25 土	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 わかめスープ	米 高野豆腐 鶏肉 人参 椎茸 わかめ えのき 玉ねぎ	さつまいものカレー風味 (さつまいも)
11 土	軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 わかめスープ	米 高野豆腐 鶏肉 人参 椎茸 わかめ えのき 玉ねぎ	グリーンピースごはん (米 グリーンピース)	27 月	軟飯 さつまいものうま煮 ブロッコリーのツナ和え	米 鶏肉 さつまいも 玉ねぎ 人参 ツナ ブロッコリー	ポテトサラダ (じゃがいも ツナ 人参)
13 月	軟飯 豆腐の中華煮 キャベツのおかか和え	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 キャベツ かつおぶし	ふかしいも (さつまいも)	28 火	軟飯 豆腐の中華煮 キャベツのおかか和え	米 豆腐 人参 椎茸 三度豆 キャベツ かつおぶし	かぼちゃようかん (かぼちゃ 寒天)
14 火	軟飯 さつまいものうま煮 ブロッコリーのツナ和え	米 鶏肉 さつまいも 玉ねぎ 人参 ツナ ブロッコリー	麩のコーン煮 (麩 コーン パセリ)	29 水	軟飯 魚のみそ煮 粉ふきいも	米 白身魚 ほうれん草 人参 じゃがいも 青のり	みそ風味リゾット (米 鶏肉 人参 三度豆)
15 水	軟飯 魚のみそ煮 粉ふきいも	米 白身魚 ほうれん草 人参 じゃがいも 青のり	そぼろごはん (米 鶏肉 三度豆)	30 木	軟飯 ツナと大根のうま煮 人参スティック	米 ツナ 大根 しろ菜 椎茸 人参	ジャムサンド (麦ロール 苺ジャム)

★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。