



2023年6月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
1日 29日 (木)	お粥ペースト 豆腐,かぼちゃ,チンゲン菜ペースト だしスープ(玉ねぎ,人参) バナナペースト	お粥 豆腐,かぼちゃ,チンゲン菜煮 だしスープ(玉ねぎ,人参) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 豚肉,かぼちゃ,煮 ピーマンと玉ねぎのおかか和え すまし汁(チンゲン菜,人参) スティックバナナ	軟飯 豚肉となすのみそ炒め かぼちゃの煮物 すまし汁 バナナ
		白菜と人参のおじや じゃが芋,小松菜煮	白菜と人参のおじや じゃが芋,小松菜煮	ピザポテト(コーン抜き) 牛乳
2日 16日 (金)	お粥ペースト しらす,ほうれん草,人参ペースト だしスープ(じゃが芋) オレンジペースト	お粥 しらす,ほうれん草,人参煮 だしスープ(じゃが芋) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) しらす,ほうれん草煮 きゅうりと人参のきなこ煮 みそ汁(じゃが芋) オレンジ	ポトフ(カレールウ抜き) コールスローサラダ(コーン抜き) コンソメスープ(ベーコン抜き) オレンジ
		にゅうめん(玉ねぎ,人参) キャベツ,ブロッコリー煮	にゅうめん(玉ねぎ,人参) キャベツ,ブロッコリー煮	しらすトースト 牛乳
5日 19日 (月)	お粥ペースト たい,さつま芋,人参ペースト だしスープ(ほうれん草) なつみかんペースト	お粥 たい,さつま芋,人参煮 だしスープ(ほうれん草) なつみかん	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉,さつま芋,人参煮 納豆和え,もやし和え すまし汁(ほうれん草) なつみかん	軟飯 鶏肉のみそ焼き(梅抜き) かみかみ納豆和え(切干大根抜き) みそ汁 なつみかん
		パン粥(調整粉乳) 大根,人参,小松菜煮	スティックパン 大根,人参,小松菜煮	ケーキ(レモン抜き) 牛乳
6日 20日 (火)	うどんペースト 高野豆腐,ブロッコリー,人参ペースト だしスープ(小松菜) スイカペースト	うどん(小松菜,玉ねぎ,醤油) 高野豆腐,ブロッコリー,人参煮 スイカ	うどん(豚ひき肉,小松菜,玉ねぎ,醤油) 高野豆腐,ブロッコリー,人参煮 スイカ	ジャージャーうどん(にんにく,生姜抜き) 蒸し鶏中華和え(コーン抜き) わかめスープ スイカ
		ほうれん草と玉ねぎのおじや キャベツ,人参煮	ほうれん草と玉ねぎのおじや キャベツ,人参煮	ケチャップライス 牛乳
7日 21日 (水)	お粥ペースト カレイ,ほうれん草,じゃが芋ペースト だしスープ(玉ねぎ,人参) バナナペースト	お粥 カレイ,ほうれん草,じゃが芋煮 だしスープ(玉ねぎ,人参) バナナヨーグルト	軟飯(お粥+軟飯) カレイ,ほうれん草,じゃが芋煮 みそ汁(玉ねぎ,人参) バナナヨーグルト	軟飯(雑穀抜き) カレイの煮つけ(生姜抜き) 春雨サラダ(コーン抜き) みそ汁 バナナヨーグルト
		しらす粥(ブロッコリー) さつま芋,人参煮	しらす粥(ブロッコリー) さつま芋,人参煮	米粉きなこクッキー 牛乳
8日 22日 (木)	パン粥ペースト(調整粉乳) 豆腐,トマト,小松菜ペースト だしスープ(かぼちゃ) りんごペースト	パン粥(調整粉乳) ささみ,トマト,小松菜煮 だしスープ(豆腐,かぼちゃ) 煮りんご	食パン ささみ,小松菜煮 キャベツとトマトのきなこ和え だしスープ(豆腐,かぼちゃ) 煮りんご	ロールパン タンドリーチキン(生姜抜き) 小松菜とトマトのサラダ ミルクスープ メロン
		ツナとほうれん草のおじや なす,人参煮	ツナとほうれん草のおじや なす,人参煮	きつねおにぎり 麦茶

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。



2023年6月 離乳食献立表



	初期 5~6カ月頃 (1回食)	中期 7~8カ月頃 (1回食・2回食)	後期 9~11カ月頃 (1回食・2回食)	完了期 12~18カ月頃 (昼食・午後おやつ)
9日 23日 (金)	お粥ペースト しらす・ブロッコリー・人参ペースト だしスープ(大根) バナナペースト	お粥 しらす・ブロッコリー・人参煮 だしスープ(大根) バナナ	軟飯(お粥+軟飯) 豚ひき肉・ブロッコリー煮 もやし・わかめ・人参のおかか和え だしスープ(大根) バナナ	軟飯 豆腐の肉みそ焼き かわりきんぴら(ごぼう・れんこん・白滝抜き) みそ汁 バナナ
		ほうれん草と玉ねぎのおじや じゃが芋・人参煮	ほうれん草と玉ねぎのおじや じゃが芋・人参煮	9日 みそポテト(茹で)・牛乳 23日 米粉ケーキ(ココア抜き)・牛乳
12日 26日 (月)	お粥ペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト だしスープ(白菜) スイカペースト	お粥 豆腐・小松菜・人参煮 だしスープ(白菜) スイカ	軟飯(お粥+軟飯) さけ・小松菜煮 ひじき・人参・絹さや煮 みそ汁(白菜) スイカ	軟飯 さけのみそチーズ焼き ひじき・白菜・人参の煮びたし みそ汁(なめこ抜き) スイカ
		ほうれん草と人参のおじや さつま芋・なす煮	ほうれん草と人参のおじや さつま芋・なす煮	牛乳寒天 牛乳
13日 27日 (火)	そうめんペースト しらす・大根・人参煮 だしスープ(ほうれん草) バナナペースト	にゅうめん(大根・人参・醤油) ツナ・ほうれん草・キャベツ煮 バナナ	にゅうめん(大根・人参) ほうれん草・キャベツ煮 ツナとアスパラ煮 バナナ	青菜のクリームパスタ(ベーコン抜き) ツナサラダ(コーン抜き) コンソメスープ バナナ
		しらすと玉ねぎ粥 きゅうり・人参煮	しらすと玉ねぎ粥 きゅうり・人参煮	しらすおにぎり(梅抜き) 麦茶
14日 28日 (水)	お粥ペースト たい・じゃが芋・ブロッコリーペースト だしスープ(玉ねぎ・人参) なつみかんペースト	お粥 たい・じゃが芋・ブロッコリー煮 だしスープ(なす・人参) なつみかん	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉・じゃが芋・ブロッコリー煮 すまし汁(なす・人参) なつみかん	軟飯 鶏肉とじゃが芋の甘辛煮 ほうれん草のしらすあえ みそ汁 なつみかん
		かぼちゃパン粥 ほうれん草・玉ねぎ煮	スティックパン ほうれん草・玉ねぎ・かぼちゃ煮	いちごジャムサンド 牛乳
15日 (木)	お粥ペースト カレイ・トマト・キャベツペースト だしスープ(小松菜) りんごペースト	お粥 カレイ・トマト・キャベツ煮 だしスープ(小松菜) 煮りんご	軟飯(お粥+軟飯) カレイ・オクラ・トマト煮 みそ汁(キャベツ・小松菜) 煮りんご	枝豆軟飯 カレイの煮つけ トマトとオクラのさっぱり和え みそ汁 メロン
		チンゲン菜と玉ねぎのおじや ブロッコリー・人参煮	チンゲン菜と玉ねぎのおじや ブロッコリー・人参煮	かたつむり米粉蒸しパン 牛乳
30日 (金)	お粥ペースト しらす・小松菜・人参ペースト だしスープ(キャベツ) オレンジペースト	お粥 しらす・小松菜・人参煮 だしスープ(キャベツ) オレンジ	軟飯(お粥+軟飯) 鶏肉・小松菜・人参煮 すまし汁(キャベツ・しめじ) オレンジ	軟飯 鶏肉の照りマヨ焼き 小松菜とハムのごまサラダ(コーン抜き) みそ汁 オレンジ
		うどん(ほうれん草・玉ねぎ) きゅうり・人参煮	うどん(ほうれん草・玉ねぎ) きゅうり・人参煮	バナナほうれん草蒸しパン 牛乳

☆完了期は、幼児食をベースに完了期の食材表にないものを除去しています。

幼児食の献立表と合わせてご確認ください。

☆材料の都合により献立を変更することがあります。

☆初めての食材についてはご家庭で食べていただき、体調の変化がないか確認して下さい。