

2021年6月 離乳食予定献立表

日 に ち	曜 日	離乳の開始 → 離乳の完了				日 に ち	曜 日	離乳の開始 → 離乳の完了					
		離乳初期 (5・6ヶ月頃)		離乳中期 (7・8ヶ月頃)				離乳初期 (5・6ヶ月頃)		離乳中期 (7・8ヶ月頃)			
		なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ	なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ			なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ	なめらかにつぶした状態	舌でつぶせる固さ		
		昼 食		午後おやつ				昼 食		午後おやつ			
1	火	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、豆腐) 煮物(キャベツ、きゅうり) スープ(人参)	全がゆ～軟飯 ハンバーグ(鶏ひき肉、豆腐、しょうゆ) 和え物(キャベツ、きゅうり、塩) みそ汁(人参、みそ)	スティックパン (米粉パン)	16	水	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、豆腐) 煮物(キャベツ、きゅうり) スープ(人参)	全がゆ～軟飯 ハンバーグ(鶏ひき肉、豆腐、しょうゆ) 和え物(キャベツ、きゅうり、塩) みそ汁(人参、みそ)	スティックパン (米粉パン)				
2	水	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参、トマトピューレー) 煮物(小松菜、もやし) スープ(玉ねぎ)	全がゆ～軟飯 トマト煮(豚ひき肉、人参、トマトピューレー、塩) 和え物(小松菜、もやし、しょうゆ) スープ(玉ねぎ、塩)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)	17	木	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参、トマトピューレー) 煮物(小松菜、もやし) スープ(玉ねぎ)	全がゆ～軟飯 トマト煮(豚ひき肉、人参、トマトピューレー、塩) 和え物(小松菜、もやし、しょうゆ) スープ(玉ねぎ、塩)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)				
3	木	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(かぶ、人参) スープ(小松菜)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) 和え物(かぶ、人参、しょうゆ) みそ汁(小松菜、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、ひじき、しょうゆ)	18	金	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(かぶ、人参) スープ(小松菜)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) 和え物(かぶ、人参、しょうゆ) みそ汁(小松菜、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、ひじき、しょうゆ)				
4	金	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参) 煮物(切干大根、きゅうり) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(鶏ひき肉、豆腐、人参、しょうゆ) 和え物(切干大根、きゅうり、塩) すまし汁(もやし、しょうゆ)	かぼちゃの茶巾 (かぼちゃ、砂糖)	19	土	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、もやし) 煮物(きゅうり、人参) スープ(キャベツ)	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(鶏ひき肉、もやし、しょうゆ) 煮物(きゅうり、人参、しょうゆ) みそ汁(キャベツ、みそ)	赤ちゃんせんべい				
5	土	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、玉ねぎ) 煮物(きゅうり、もやし) スープ(ナス)	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、玉ねぎ、しょうゆ) 和え物(きゅうり、もやし、塩) みそ汁(ナス、みそ)	赤ちゃんせんべい	21	月	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、人参) 煮物(切干大根、きゅうり) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(鶏ひき肉、豆腐、人参、しょうゆ) 和え物(切干大根、きゅうり、塩) すまし汁(もやし、しょうゆ)	かぼちゃの茶巾 (かぼちゃ、砂糖)				
7	月	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、大根) 煮物(ほうれん草、人参) スープ(大根)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、大根、しょうゆ) 和え物(ほうれん草、人参、ひじき、しょうゆ) みそ汁(大根、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、おかか、しょうゆ)	22	火	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、大根) 煮物(ほうれん草、人参) スープ(大根)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、大根、しょうゆ) 和え物(ほうれん草、人参、ひじき、しょうゆ) みそ汁(大根、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、おかか、しょうゆ)				
8	火	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(キャベツ、きゅうり) スープ(ほうれん草)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) サラダ(キャベツ、きゅうり、塩) スープ(ほうれん草)	おかゆ～おにぎり (米、みそ)	23	水	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(キャベツ、きゅうり) スープ(ほうれん草)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) サラダ(キャベツ、きゅうり、塩) スープ(ほうれん草)	おかゆ～おにぎり (米、みそ)				
9	水	全がゆ～ 煮物(納豆、人参) 煮物(もやし、きゅうり) スープ(じゃがいも)	全がゆ～軟飯 ひき肉納豆(豚ひき肉、納豆、人参、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) すまし汁(じゃがいも、しょうゆ)	スティックパン (米粉パン)	24	木	全がゆ～ 煮物(納豆、人参) 煮物(もやし、きゅうり) スープ(じゃがいも)	全がゆ～軟飯 ひき肉納豆(豚ひき肉、納豆、人参、みそ) 和え物(もやし、きゅうり、しょうゆ) すまし汁(じゃがいも、しょうゆ)	スティックパン (米粉パン)				
10	木	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(人参、きゅうり) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) サラダ(人参、きゅうり、みそ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	きな粉マカロニ (マカロニ、きな粉)	25	金	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(人参、きゅうり) スープ(もやし)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) サラダ(人参、きゅうり、みそ) すまし汁(もやし、しょうゆ)	きな粉マカロニ (マカロニ、きな粉)				
11	金	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ) 煮物(人参、きゅうり) スープ(豆腐)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、しょうゆ) サラダ(ひじき、きゅうり、しょうゆ) みそ汁(豆腐、みそ)	かぼちゃケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、かぼちゃ、ベーキングパウダー)	26	土	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、チンゲン菜) 煮物(切干大根、人参) スープ(キャベツ)	全がゆ～軟飯 そぼろ煮(鶏ひき肉、チンゲン菜、しょうゆ) 煮物(切干大根、人参、塩) みそ汁(キャベツ、みそ)	赤ちゃんせんべい				
12	土	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(大根、人参) スープ(かぼちゃ)	全がゆ～軟飯 焼き魚(鮭、塩) 煮物(大根、人参、しょうゆ) みそ汁(かぼちゃ、みそ)	赤ちゃんせんべい	28	月	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ) 煮物(人参、きゅうり) スープ(豆腐)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、玉ねぎ、しょうゆ) サラダ(ひじき、きゅうり、しょうゆ) みそ汁(豆腐、みそ)	かぼちゃケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、かぼちゃ、ベーキングパウダー)				
14	月	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、高野豆腐) 煮物(人参、いんげん) スープ(切干大根)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、高野豆腐、しょうゆ) 煮物(人参、いんげん、しょうゆ) みそ汁(切干大根、みそ)	ふかしいも (じゃがいも、塩)	29	火	全がゆ～ 煮物(鶏ささみ、高野豆腐) 煮物(人参、いんげん) スープ(切干大根)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ささみ、高野豆腐、しょうゆ) 煮物(人参、いんげん、しょうゆ) みそ汁(切干大根、みそ)	ふかしいも (じゃがいも、塩)				
15	火	全がゆ～ 煮物(鶏ひき肉、じゃがいも) 煮物(玉ねぎ、人参) スープ(なす)	全がゆ～軟飯 煮物(鶏ひき肉、じゃがいも、しょうゆ) 和え物(玉ねぎ、人参、塩) みそ汁(なす、みそ)	米粉ケーキ (米粉、砂糖、豆乳、油、ベーキングパウダー)	30	水	全がゆ～ 煮魚(鮭) 煮物(大根、きゅうり) スープ(いんげん)	全がゆ～軟飯 煮魚(鮭、しょうゆ) 煮物(大根、きゅうり、塩) みそ汁(いんげん、みそ)	おかゆ～おにぎり (米、おかか、しょうゆ)				

◎献立は、その日の食材の発注状況などにより変更になることがあります。御了承ください。

※離乳食は、発達に合わせて進めていきます。

※離乳食を完了したお子様のメニューは基本的に乳児さんと同じです。

※離乳食には、握って一人で食べられるようにスティック野菜を提供します。