



6月離乳食献立表



日	曜	離乳食中期・後期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツ煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
2	木	お粥 みそ汁 肉団子 ほうれん草の煮物	鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉 パン粉	人参 大根 人参 ほうれん草 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 大根 人参 ほうれん草
3	金	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 キャベツ
4	土	お粥 みそ汁 肉じゃが オレンジ	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物		米 じゃが芋	人参 人参
6	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	卵	みそ 米	人参 キャベツ 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 キャベツ 人参 キャベツ
7	火	お粥 みそ汁 鱈の煮物 ほうれん草の煮物	鱈	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 人参 ほうれん草 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 ほうれん草
8	水	お粥 みそ汁 ささみのみそ煮 キャベツ煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
9	木	お粥 みそ汁 豆腐煮 キャベツの煮物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
10	金	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ 大根煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 大根 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 キャベツ 人参 大根
11	土	お粥 みそ汁 肉じゃが オレンジ	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参
13	月	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ 人参煮	鱈	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
14	火	お粥 みそ汁 ささみの煮物 マッシュポテト	ささみ	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参
15	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) オレンジ	卵	みそ 米	人参 大根 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 大根 人参 大根
16	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 人参煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
17	金	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ キャベツ煮	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 パン粉 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
18	土	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉 パン粉	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
20	月	お粥 みそ汁 ささみのみそ煮 キャベツ煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 大根 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 大根 人参 キャベツ
21	火	お粥 みそ汁 鱈の野菜あんかけ キャベツの煮物	鱈	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 キャベツ
22	水	人参粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ ブロッコリー煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリー煮	みそ	米	人参 人参 ブロッコリー
23	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツ煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 キャベツ 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 キャベツ 人参 キャベツ
24	金	お粥 みそ汁 肉団子 人参煮	鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉 パン粉	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
25	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 オレンジ	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 人参 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
27	月	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
28	火	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツ煮	鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉 パン粉	人参 人参 人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
29	水	お粥 みそ汁 ささみの野菜あんかけ 大根煮	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 大根 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 大根 人参 大根
30	木	お粥 みそ汁 鱈の煮物 じゃが芋煮	鱈	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋 じゃが芋	人参 人参

※離乳食は無理に進めず、それぞれ個人の状態を見ながら進めていく。
※卵を、始めていない子に対しては、()内の献立で対応していく。