

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	木	お粥 みそ汁 鰯のピカタ キャベツの煮物	鰯 卵	みそ 米	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
2	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	卵	みそ 米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ほうれん草
3	土	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 果物	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参
5	月	お粥 ささみの煮物 人参煮	ささみ	米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ		人参 玉葱 人参
6	火	お粥 みそ汁 鰯の野菜あんかけ ブロッコリーの煮物	鰯	みそ 米 片栗粉	人参 キャベツ 人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 キャベツ 人参 ブロッコリー
7	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツの煮物	鶏ひき肉	みそ 豆腐 米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ 豆腐	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
8	木	お粥 みそ汁 肉団子 果物	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ 豆腐	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
9	金	親子遠足(お茶がです)							
10	土	お粥 みそ汁 卵とじ 果物	鶏ひき肉 卵	みそ 豆腐 米	人参 玉葱 人参 オレンジ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参
12	月	お粥 みそ汁 鰯の味噌煮 じゃが芋の煮物	鰯	みそ 米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
13	火	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	人参 玉葱 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 玉葱 人参 ほうれん草
14	水	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 果物	ささみ 粉ミルク	みそ 米 片栗粉 じゃが芋	人参 玉葱 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	人参 玉葱 人参
15	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	卵	みそ 米	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 キャベツ
16	金	お粥 みそ汁 鰯のピカタ ブロッコリーの煮物	鰯 卵	みそ 米	人参 玉葱 人参 キャベツ 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー
17	土	お粥 みそ汁 肉じゃが 果物	鶏ひき肉	みそ 米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
19	月	お粥 みそ汁 鰯の野菜あんかけ 人参煮	鰯	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 玉葱 人参
20	火	お粥 みそ汁 ささみの煮物 ほうれん草の煮物	ささみ	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 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 玉葱 人参 ほうれん草
21	水	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ キャベツの煮物	豆腐 鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 大根 人参 キャベツ
22	木	お粥 みそ汁 鰯のピカタ じゃが芋の煮物	鰯 卵	みそ 米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参
23	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリーの煮物	卵	みそ 米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ブロッコリー	お粥 みそ汁 ブロッコリーの煮物	みそ 豆腐	米	人参 玉葱 人参 ブロッコリー
24	土	お粥 みそ汁 豆腐の味噌煮 果物	豆腐 鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉	人参 玉葱 人参
26	月	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツの煮物	鶏ひき肉	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 人参 キャベツ	お粥 味噌汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 玉葱 人参 大根 人参 キャベツ
27	火	お粥 みそ汁 鰯のクリーム煮 ほうれん草の煮物	鰯 粉ミルク	みそ 米 じゃが芋 片栗粉	人参 玉葱 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 人参 ほうれん草
28	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 人参煮	鶏ひき肉 豆腐	みそ 米 片栗粉	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 玉葱 人参
29	木	お粥 みそ汁 肉団子のクリーム煮 マカロニ煮	鶏ひき肉 粉ミルク	みそ 米 片栗粉 マカロニ	人参 玉葱 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 玉葱 人参 大根
30	金	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	卵	みそ 米 じゃが芋	人参 玉葱 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋の煮物	みそ	米 じゃが芋	人参 玉葱 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。