

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: 腸や胃などの働き	離乳食初期	赤: 血や肉になる	黄: 熱や力となる	緑: 腸や胃などの働き
1	火	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 キャベツの煮物	みそ 豆腐 ささみ 粉ミルク	米	人参 玉葱 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	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
3	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根の煮物	みそ	米	人参 人参 大根
4	金	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 玉葱 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 人参 ブロッコリー
5	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
7	月	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 じゃが芋の煮物	みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
8	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マカロニ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
9	水	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 ブロッコリーの煮物	みそ	米	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 人参 ブロッコリー
10	木	お粥 みそ汁 鮭の煮物 ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 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 人参 ほうれん草
11	金	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	みそ	米	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
12	土	お粥 みそ汁 卵とじ オレンジ	みそ	米	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	人参 人参
14	月	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツの煮物	みそ	米	人参 大根 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 人参 キャベツ
15	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	みそ	米	人参 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 人参 ほうれん草
16	水	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	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 人参 キャベツ
17	木	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 ほうれん草の煮物	みそ	米	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 人参 ほうれん草
18	金	お粥 みそ汁 鮭のクリーム煮 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ
19	土	お粥 みそ汁 ささみのクリーム煮 バナナ	みそ	米	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
21	月	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツの煮物	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 人参 キャベツ
22	火	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ	米	人参 人参
23	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) じゃが芋の煮物	みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
24	木	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 キャベツの煮物	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
25	金	お粥 みそ汁 ささみの煮物 じゃが芋の煮物	みそ	米	人参 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
26	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	みそ	米	人参 玉葱 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ	米	人参 人参
28	月	お粥 みそ汁 鮭の味噌煮 キャベツの煮物	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
29	火	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	みそ	米	人参 大根 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 人参 ブロッコリー
30	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ	お粥 みそ汁 キャベツの煮物	みそ	米	人参 人参 キャベツ

※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。