



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	土	お粥 みそ汁 ささみの煮物 バナナ	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
3	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 大根煮	みそ カレイ	米	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
4	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	みそ 卵	米 ジャガ芋	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
5	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ キャベツ煮	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米	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
6	木	お粥 みそ汁 鮭の煮物 マッシュポテト	みそ 鮭	米 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	人参 人参
7	金	お粥 みそ汁 肉団子 じゃが芋煮	みそ 鶏ひき肉	米 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	人参 人参
8	土	お粥 みそ汁 豆腐煮 バナナ	みそ 豆腐	米	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
10	月	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	みそ 卵	米 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	人参 人参
11	火	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 ほうれん草煮	みそ 鮭 みそ 鮭	米 ジャガ芋 片栗粉	人参 人参 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参 ほうれん草
12	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 大根煮	みそ ささみ	米 片栗粉	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
13	木	お粥 みそ汁 豆腐煮 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	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
14	金	お粥 みそ汁 肉じゃが 大根煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
15	土	お粥 みそ汁 豆腐煮 人参煮	みそ 豆腐	米	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
17	月	お粥 みそ汁 肉じゃが 人参煮	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 人参	お粥 みそ汁 人参煮	みそ	米	人参 人参
18	火	お粥 みそ汁 魚の煮物 じゃが芋煮	みそ 鮭	米 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	人参 人参
19	水	お粥 みそ汁 ハンバーグ 大根煮	みそ 鶏ひき肉	米	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
20	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリー煮	みそ 卵	米	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
21	金	お粥 みそ汁 豆腐煮 キャベツ煮	みそ 豆腐	米	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
22	土	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 バナナ	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
24	月	お粥 みそ汁 ハンバーグ じゃが芋煮	みそ 鶏ひき肉	米 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	人参 人参
25	火	お粥 みそ汁 魚の煮物 ブロッコリー煮	みそ 豆腐 カレイ	米	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
26	水	お粥 みそ汁 ささみの煮物 マッシュポテト	みそ ささみ	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	人参 人参
27	木	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) キャベツ煮	みそ 卵	米	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
28	金	お粥 みそ汁 魚の味噌煮 大根煮	みそ 鮭 鮭	米 片栗粉	人参 人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
29	土	お粥 みそ汁 肉じゃが バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	人参 人参 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 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。