



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	白:消化しやすいもの	離乳食初期	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	白:消化しやすいもの
2	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 豆腐 鮭	米	人参	お粥 みそ汁 キャベツ煮	みそ	米	人参 人参 キャベツ
3	火	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ ほうれん草の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米	人参 大根 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
4	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) マッシュポテト	みそ 卵	米	人参 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米	人参 人参
5	木	お粥 みそ汁 ささみの煮物 キャベツ煮	みそ 豆腐 ささみ	米 片栗粉	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	金	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ じゃが芋の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米	人参 じゃが芋 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
7	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 バナナ	お粥 みそ汁 マッシュポテト	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
9	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米	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	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリーの煮物	みそ 卵	米	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 じゃが芋	人参 人参 ブロッコリー
11	水	お粥 みそ汁 麻婆豆腐 ほうれん草の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 片栗粉	人参 大根 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
12	木	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ じゃが芋の煮物	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米	人参 じゃが芋 人参	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
13	金	お粥 みそ汁 魚の煮物 ブロッコリーの煮物	みそ 鮭	米	人参 大根 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
14	土	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 バナナ	みそ ささみ	米 片栗粉	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 人参
16	月	お粥 みそ汁 魚の煮物 人参の煮物	みそ 豆腐 鮭	米	人参 人参	お粥 みそ汁 豆腐煮	みそ 豆腐	米	人参 人参
17	火	お粥 みそ汁 肉団子 キャベツ煮	みそ 鶏ひき肉 豆腐	米 じゃが芋	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	水	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ほうれん草の煮物	みそ 卵	米 じゃが芋	人参 キャベツ 人参 ほうれん草	お粥 みそ汁 ほうれん草煮	みそ	米	人参 人参 ほうれん草
19	木	お粥 みそ汁 ハンバーグ ブロッコリーの煮物	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	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
20	金	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米	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
21	土	お粥 みそ汁 肉団子 バナナ	みそ 鶏ひき肉	米 じゃが芋	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 人参
23	月	お粥 みそ汁 豆腐煮 大根の煮物	みそ 豆腐	米	人参 人参 大根	お粥 みそ汁 大根煮	みそ	米	人参 人参 大根
24	火	お粥 みそ汁 卵焼き(肉団子) ブロッコリーの煮物	みそ 卵	米	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
25	水	お粥 みそ汁 ささみのケチャップ煮 バナナ	みそ ささみ	米 片栗粉	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
26	木	お粥 みそ汁 豆腐ハンバーグ マッシュポテト	みそ 豆腐 鶏ひき肉	米 じゃが芋	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	金	お粥 みそ汁 魚の煮物 キャベツ煮	みそ 鮭	米	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	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 バナナ	お粥 みそ汁 じゃが芋煮	みそ	米 じゃが芋	人参 人参
30	月	お粥 みそ汁 豆腐の煮物 じゃが芋の煮物	みそ 豆腐	米 片栗粉 じゃが芋	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

※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。