

令和元年6月離乳午前献立表 No. 2

日付	曜	午 前 食			
		中期前半食	中期後半食	後 期 食	
13	27	木	①パンがゆ ②じゃが芋スープ ③キャベツ煮 ④鶏ひき肉と人参煮	①パンがゆ ②じゃが芋スープ ③キャベツ煮 ④鶏ひき肉と人参煮	①トースト ②じゃが芋スープ ③キャベツサラダ ④鶏レバーと人参煮
14	28	金	①5分かゆ ②チンゲン菜の清まし汁 ③カレイみそ煮 ④じゃが芋と人参煮	①全がゆ ②チンゲン菜の清まし汁 ③カレイみそ煮 ④じゃが芋と人参煮	①ゆかり軟飯 ②チンゲン菜の清まし汁 ③カレイのみそ焼き ④じゃが芋と人参煮
1	15	土	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②胡瓜煮 ③大根煮	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②胡瓜煮 ③りんご煮	①煮込みうどん(鶏ひき肉・人参) ②きゅうりサラダ ③りんご煮
3	17	月	①5分かゆ ②白菜の清まし汁 ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②白菜の清まし汁 ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②白菜の清まし汁 ③鶏ひき肉と玉ねぎソテー ④小松菜煮
4	18	火	①5分かゆ ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉とピーマン煮 ④トマト煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉とピーマン煮 ④トマト煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③鶏レバーとピーマン炒め ④トマト煮
5	29	水・土	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②キャベツのスープ ③じゃが芋煮	①あんかけにゅうめん(鶏ひき肉・人参) ②キャベツのスープ ③じゃが芋煮	①あんかけパスタ(鶏ひき肉・人参) ②キャベツのスープ ③じゃが芋のサラダ
6	20	木	①5分かゆ ②大根のみそ汁 ③カレイ煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②大根のみそ汁 ③カレイ煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②大根のみそ汁 ③カレイのソテー ④胡瓜とキャベツのサラダ
7	21	金	①5分かゆ ②いんげんの清汁 ③鶏ささみと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①全がゆ ②いんげんの清汁 ③鶏ささみと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①軟飯 ②いんげんの清汁 ③鶏ささみと玉ねぎ炒め ④じゃが芋煮
8	22	土	①にゅうめん(ほうれん草・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ煮 ③人参煮	①にゅうめん(ほうれん草・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ煮 ③りんご煮	①にゅうめん(ほうれん草・玉葱) ②鶏そぼろとキャベツ炒め ③りんご煮
10	24	月	①5分かゆ ②さつまいものみそ汁 ③カレイとコーン煮 ④白菜と人参煮	①全がゆ ②さつまいものみそ汁 ③カレイとコーン煮 ④白菜と人参煮	①軟飯 ②さつまいものみそ汁 ③カレイのコーンチーズ焼き ④白菜と人参煮
11	25	火	①5分かゆ ②さつまいものスープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④ブロッコリー煮	①全がゆ ②さつまいものスープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④ブロッコリー煮	①軟飯 ②さつまいものスープ ③じゃが芋の鶏そぼろあん ④ブロッコリーサラダ
12	26	水	①5分かゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②麩のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②麩のみそ汁 ③豆腐と人参煮 ④小松菜サラダ
19	☆	水	①コーン5分かゆ ②キャベツのスープ ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①コーン全がゆ ②キャベツのスープ ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①コーン軟飯 ②キャベツのスープ ③鶏ひき肉と玉ねぎ炒め ④じゃが芋ソテー

☆材料の都合により献立を変更することがあります

令和元年6月離乳午前献立表 No. 3

日付	曜	午 後 食			
		中期前半食	中期後半食	後 期 食	
13	27	木	①5分かゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③カレイ煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③カレイ煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②玉ねぎのみそ汁 ③カレイの塩焼き ④南瓜煮
14	28	金	①5分かゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあんかけ ④チンゲン菜と人参煮	①全がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあんかけ ④チンゲン菜と人参煮	①軟飯 ②もやしのみそ汁 ③ささみあんかけ ④チンゲン菜と人参のソテー
1	15	土	①5分かゆ ②大根の清まし汁 ③しらすの白菜あん ④じゃが芋煮	①全がゆ ②大根の清まし汁 ③しらすの白菜あん ④じゃが芋煮	①軟飯 ②大根の清まし汁 ③しらすの白菜あん ④じゃが芋のバター焼き
3	17	月	①にゅうめん(白菜・人参) ②ささみの味噌煮 ③さつまいも煮	①にゅうめん(白菜・人参) ②ささみの味噌煮 ③さつまいも煮	①にゅうめん(白菜・人参) ②ささみの味噌煮 ③さつまいも煮
4	18	火	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③カレイ煮 ④小松菜と人参煮	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③カレイ煮 ④小松菜と人参煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③カレイのフライ ④小松菜と人参サラダ
5	29	水・土	①5分かゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン煮	①全がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン煮	①軟飯 ②じゃが芋のみそ汁 ③人参としらす煮 ④もやしとコーン炒め
6	20	木	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③豆腐の人参あんかけ ④さつまいも煮	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③豆腐と人参煮 ④さつまいも煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③豆腐と人参煮 ④さつまいも煮
7	21	金	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげん煮 ③さつまいも煮	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげん煮 ③りんご煮	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげんソテー ③りんご煮
8	22	土	①5分かゆ ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎ煮 ④人参煮	①全がゆ ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎ煮 ④人参煮	①軟飯 ②白菜のみそ汁 ③しらすと玉ねぎの青海苔煮 ④きなこと人参
10	24	月	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③鶏ひき肉とピーマン煮 ④さつまいも煮	①パンがゆ ②玉ねぎのスープ ③鶏ひき肉とピーマン煮 ④さつまいも煮	①トースト ②玉ねぎのスープ ③鶏レバーとピーマンソテー ④さつまいも煮
11	25	火	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげん煮 ③じゃが芋煮	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげん煮 ③りんご煮	①煮込みうどん(かぶ・人参) ②ささみといんげんソテー ③りんご煮
12	26	水	①5分かゆ ②人参の清まし汁 ③カレイ煮 ④小松菜煮	①全がゆ ②人参の清まし汁 ③カレイ煮 ④小松菜煮	①軟飯 ②人参の清まし汁 ③カレイの鹽焼き ④小松菜の和え物
19	☆	水	①5分かゆ ②麩の清まし汁 ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④キャベツと人参煮	①全がゆ ②麩の清まし汁 ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④キャベツと人参煮	①軟飯 ②麩とわかめの清まし汁 ③豆腐と鶏ひき肉煮 ④キャベツと人参ソテー

☆材料の都合により献立を変更することがあります



令和元年6月 完了食献立表



日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					熱や力に なるもの	血や肉に なるもの	体の調子を 整えるもの
1	15	土	①牛乳 ①なす入りミートスパゲティ ②スープ(小松菜・えのき) ③かぼちゃサラダ ④フルーツ	①牛乳 ③そぼろおにぎり ③白菜のみそ汁 ④フルーツ	スパゲティ 米 油 アレルギー用マヨネーズ	豚ひき肉 鶏ひき肉・牛乳	人参・なす 玉ねぎ・小松菜 ピーマン・えのき きゅうり・かぼちゃ
3	17	月	①ソフトせんべい ①きつねうどん ②チンゲン菜のサラダ ③粉ふき芋 ④フルーツ	①牛乳 ②山菜おこわ ③玉ねぎのスープ ④フルーツ	米・ごま うどん・油 じゃが芋・つきこ もち米・ごま油	油揚げ 牛乳 豚肉	チンゲン菜・青のり 長ねぎ・玉ねぎ 人参・もやし 山菜
4	18	火	①牛乳 ①ご飯②スープ(もやし・コーン) ③鶏肉の味噌バター煮込み ④枝豆梅サラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ビーフソテー ③じゃが芋のスープ ④フルーツ	油・米・バター ビーフソテー・じゃが芋 アレルギー用マヨネーズ ごま・ごま油	鶏肉・ハム みそ 牛乳 枝豆	人参・アスパラ・ひじき キャベツ・あさつき もやし・ピーマン・梅 コーン・玉葱・きゅうり
5	/	水	①牛乳 ①麻婆豆腐丼 ②中華スープ ③三色和え ④フルーツ	①牛乳 ②黒糖蒸しパン ③人参の清汁 ④フルーツ	油・ごま 片栗粉・米 ごま油・黒糖 ホットケーキミックス	豚ひき肉 味噌・豆腐 牛乳	きゅうり・大根・にんにく 人参・生姜 きゅうり・椎茸 もやし・長ねぎ
6	20	木	①牛乳 ①ぶどうパン②スープ(玉葱・人参) ③マカロニグラタン ④ブロッコリーとトナサダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ツナピラフ ③玉ねぎのみそ汁 ④フルーツ	米・油・バター 小麦粉・マカロニ ぶどうパン	ベーコン・ツナ 牛乳 チーズ	玉ねぎ・人参・キャベツ マッシュルーム・コーン きゅうり・パセリ ブロッコリー・ピーマン
7	21	金	①ヨーグルト ①ご飯②清汁(えのき・みつば) ③さばの味噌焼き ④小松菜の千草和え ⑤フルーツ	①牛乳 ②ピザトースト ③キャベツと人参のみそ汁 ④フルーツ	米・食パン 油 しらたき	ヨーグルト 味噌・サバ 油揚げ・ツナ チーズ・牛乳	もやし・人参 えのき・生姜 小松菜・玉葱 みつば・ピーマン
8	22	土	①牛乳 ①わかめラーメン ②ウィンナーのケチャップソテー ③フルーツ	①牛乳 ②昆布おにぎり ③大根の清汁 ④フルーツ	ごま油 油 中華麺 米	豚ひき肉 ウィンナー 牛乳	玉ねぎ・わかめ コーン・人参 昆布・もやし キャベツ・ピーマン
10	24	月	①クラッカー ①ご飯②清汁(オクラ・わかめ) ③チンジャオロース ④春雨ナムル ⑤フルーツ	①牛乳 ②セサミトースト ③人参のスープ ④フルーツ	米・油 片栗粉・ごま 食パン・マーガリン 春雨・ごま油	豚肉 牛乳	オクラ・わかめ・ピーマン もやし・人参 きゅうり・キャベツ 玉葱
11	25	火	①牛乳 ①ひき肉カレー(ミルク) ②スープ(もやし・コーン) ③切り干し大根と胡瓜のサラダ ④フルーツ	①飲むヨーグルト ②ジャムヨーグルト ③玉ねぎとふのスープ ④フルーツ	米・油 じゃが芋 クラッカー ごま・ごま油	豚ひき肉 牛乳 ヨーグルト	玉ねぎ・人参 切干大根・いちごジャム もやし・コーン きゅうり・ピーマン
12	26	水	①ビスケット ①ご飯②みそ汁(わかめ・なめこ) ③アジの蒲焼き ④ごぼうサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②クリスピーケーキ ③かぶとにんじんのスープ ④フルーツ	米・油 ごま・バター 小麦粉・ココア コーンフレーク	あじ 卵・味噌 牛乳	わかめ・なめこ・人参 ごぼう もやし 小松菜
13	27	木	①牛乳 ①ごはん②スープ(レタス・コーン) ③鶏肉マーマレード焼き ④ひじきともやしのサラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ほうれん草蒸しパン ③玉ねぎのスープ ④フルーツ	米 マーマレード ホットケーキミックス 油	鶏肉 卵・牛乳	レタス・コーン 玉葱・マーマレード ひじき・人参 きゅうり・もやし・ほうれん草
14	28	金	①牛乳 ①ご飯②みそ汁(じゃが芋・長葱) ③豚肉の甘酢炒め ④中華風納豆サラダ ⑤フルーツ	①牛乳 ②ナポリタン ③玉ねぎのスープ ④フルーツ	米 片栗粉・ごま油 スパゲティ じゃが芋・バター	納豆・豚肉 味噌 豚ひき肉 牛乳	ピーマン・玉葱・のり あさつき・人参 もやし・長葱 小松菜
29	/	土	①牛乳 ①しょうゆラーメン ②キャベツのごまサラダ ③フルーツ	①牛乳 ②おかかおにぎり ③じゃが芋のスープ ④フルーツ	中華めん ごま油・ごま 米・油 じゃが芋	豚ひき肉 かつおぶし 牛乳	人参 長ねぎ・もやし キャベツ・胡瓜

★ 誕生日会 ★

19		水	①牛乳 ①カレーピラフ②スープ(キャベツ・コーン) ③唐揚げごま風味④ポテトサラダ ⑤いんげんのソテー ⑥フルーツ	①牛乳 ②レモンケーキ ③鮎とわかめの清まし汁 ④フルーツ	油・米・ごま じゃが芋・片栗粉・バター ホイップクリーム	牛乳 鶏肉 豚ひき肉	玉ねぎ・人参 きゅうり・ピーマン あさつき・生姜・いんげん キャベツ・コーン
----	--	---	---	--	------------------------------------	------------------	---