

## 2020年度 6月 離乳食 献立表

日 曜	昼食	午前おやつ	午後おやつ
1 月	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 ひじきと野菜の軟らか煮 カブの含め煮 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき ひじき キャベツ 人参 セロリ きゅうり えのき カブ 玉葱 じゃが芋	くだもの	青菜うどん うどん 小松菜 葱 人参
2 火	軟飯(かゆ) ピーマンと豚ひきの軟らか煮 ポテト煮 スティックきゅうり みそ汁 米 ピーマン パプリカ もやし 人参 豚ひき肉 じゃが芋 きゅうり 味噌 えのき 葱 小松菜	くだもの	ミルクヌードル 粉ミルク うどん 玉葱 人参 じゃが芋
3 水	食パン(ぱんがゆ) 豆腐ハンバーグ ほうれん草ときのこの煮びたし 茹でアスパラ 野菜スープ 食パン 絹豆腐 豚ひき肉 玉葱 ほうれん草 しめじ 人参 アスパラ じゃが芋 玉葱	くだもの	夕焼けおじや 米 人参 葱
4 木	軟飯(かゆ) 煮魚 南瓜煮 野菜の煮びたし みそ汁 米 ギンダラ 南瓜 小松菜 もやし 味噌 白菜 大根 葱 人参 じゃが芋	くだもの	味噌煮込みうどん 味噌 うどん 葱 椎茸 人参
5 金	軟飯(かゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 人参と隠元の軟らか煮 みそ汁 米 豚ひき 玉葱 えのき 人参 隠元 味噌 大根 葱 しいたけ しめじ	くだもの	わかめおじや 米 わかめ 人参 椎茸 葱
6 土	けんちんおじや ポテト煮 米 人参 大根 葱 椎茸 じゃが芋	くだもの	南瓜入りミルクヌードル 南瓜 うどん 粉ミルク 玉葱 人参
8 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 野菜の煮びたし ナスの含め煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブ しらす 小松菜 もやし ナス 味噌 葱 人参 じゃが芋 大根	くだもの	ごはんと南瓜のおやき 米 南瓜 片栗粉 油
9 火	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の軟らか煮 カブの含め煮 野菜スープ 米 ささみ 人参 きゅうり もやし カブ 玉葱 カブ葉 じゃが芋	くだもの	夕焼けうどん うどん 人参 葱
10 水	軟飯(かゆ) 豚ひきのそぼろ煮 南瓜煮 ナスの含め煮 みそ汁 米 豚ひき肉 南瓜 ナス 味噌 大根 人参 葱 しめじ じゃが芋	くだもの	しらす入りわかめうどん うどん しらす わかめ 人参 葱
11 木	軟飯(かゆ) 焼魚 野菜の軟らか煮 ポテト煮 豆腐のみそ汁 米 ムキガレイ キャベツ 人参 もやし ピーマン パプリカ 椎茸 じゃが芋 味噌 豆腐 えのき 葱	くだもの	ごはんのおやき 米 片栗粉 油 ニラ 人参
12 金	食パン(ぱんがゆ) レバーペースト 野菜の軟らか煮 ブロッコリー かぼちゃスープ 食パン 豚レバー キャベツ 大根 人参 ブロッコリー 玉葱 南瓜 粉ミルク	くだもの	青菜おじや 米 小松菜 葱 人参
13 土	ミルクヌードル スティックきゅうり うどん 粉ミルク 玉葱 人参 白菜 じゃが芋 きゅうり	くだもの	味噌がゆ 米 味噌 人参 葱 椎茸
15 月	軟飯(かゆ) 豆腐入り肉団子 海藻と野菜の軟らか煮 カブの含め煮 野菜スープ 米 絹豆腐 鶏ひき肉 わかめ キャベツ きゅうり 人参 えのき カブ 玉葱 じゃが芋 しめじ	くだもの	しらす入り野菜うどん うどん しらす 人参 葱 椎茸
16 火	軟飯(かゆ) 魚の味噌煮 人参と椎茸の煮物 スティックきゅうり みそ汁 米 味噌 ギンダラ 人参 椎茸 きゅうり 味噌 さつま芋 大根 葱 もやし	くだもの	コーンリゾット 米 コーン缶 玉葱 粉ミルク 人参
17 水	軟飯(かゆ) ささみの和風煮 野菜の煮びたし 人参と椎茸の煮物 みそ汁 米 ささみ 小松菜 もやし 人参 椎茸 味噌 玉葱 じゃが芋	くだもの	フィッシュポテト じゃが芋 ムキガレイ
18 木	食パン(ぱんがゆ) 豚ひきと玉葱の軟らか煮 もやしときゅうりの軟らか煮 粉ふき芋 野菜スープ 食パン 豚ひき 玉葱 もやし きゅうり じゃが芋 葱 人参 ニラ 椎茸	くだもの	ツナと野菜のおじや 米 ツナ 人参 椎茸 葱
19 金	軟飯(かゆ) 魚入り炒り豆腐 人参煮 野菜の煮びたし もずくのすまし汁 米 ムキガレイ 豆腐 人参 小松菜 もやし もずく 葱 えのき	くだもの	ポテトグラタン風 じゃが芋 玉葱 粉ミルク
20 土	けんちんうどん 茹でブロッコリー うどん 人参 白菜 葱 じゃが芋 大根	くだもの	野菜おじや 米 人参 葱 椎茸
22 月	軟飯(かゆ) 納豆のおろし煮 隠元の軟らか煮 ポテト煮 みそ汁 米 ひき割り納豆 カブ しらす ニラ オクラ 隠元 じゃが芋 味噌 人参 葱 大根	くだもの	しらす入り青菜うどん しらす 小松菜 葱 人参 うどん
23 火	軟飯(かゆ) 焼魚 ほうれん草の軟らか煮 スティックきゅうり すまし汁 米 ムキガレイ ほうれん草 人参 もやし きゅうり 豆腐 人参 大根 葱	くだもの	わかめうどん うどん わかめ 人参 葱 椎茸
24 水	軟飯(かゆ) 豚ひきと葱の軟らか煮 卵の花煮 カブの含め煮 青菜のみそ汁 米 豚ひき肉 葱 おから 人参 椎茸 カブ 味噌 小松菜 えのき	くだもの	じゃが芋もち じゃがいも 片栗粉 油
25 木	軟飯(かゆ) 豚ひき肉のそぼろ煮 ほうれん草の軟らか煮 南瓜煮 わかめスープ 米 豚ひき肉 ほうれん草 人参 もやし 南瓜 わかめ えのき 葱	くだもの	しらす入り夕焼けうどん うどん しらす 人参 葱
26 金	軟飯(かゆ) 焼魚 茹でブロッコリー ひじき煮 みそ汁 米 ムキガレイ ブロッコリー ひじき 人参 椎茸 味噌 大根 葱	くだもの	南瓜団子 南瓜 片栗粉 油
27 土	野菜スープヌードル スティックきゅうり うどん キャベツ カブ 玉葱 セロリ 人参 じゃが芋 きゅうり	くだもの	ミルクリゾット 米 粉ミルク 玉葱 人参 芋
29 月	軟飯(かゆ) ツナの和風煮 ブロッコリー 野菜の軟らか煮 野菜スープ 米 ツナ水煮缶 ブロッコリー キャベツ 大根 人参 玉葱 じゃが芋	くだもの	ツナとごはんのおやき 米 ツナ 人参 片栗粉 油
30 火	軟飯(かゆ) 蒸魚 野菜の煮びたし 人参煮 みそ汁 米 ムキガレイ 小松菜 もやし 人参 味噌 絹豆腐 ニラ 葱 大根 白菜	くだもの	南瓜ケーキ 小麦粉 南瓜 粉ミルク 油

昼食・おやつの上段は本日のメニュー、下段は主な食品名です。  
材料は都合により献立を変更する場合があります。ご了承下さい。  
午前のおやつのかだものはメロン・オレンジ・りんごを使用しています