

# 献立表

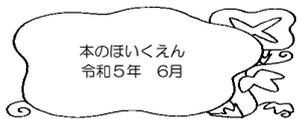
| 日付   | 午前おやつ                   | 献立                                   | 午後おやつ          | エネルギーたんぱく質脂質/塩分(は未測定)                                | 材 料 名   |   |  |                                      | 行事     |
|------|-------------------------|--------------------------------------|----------------|--|---|---|--|--------------------------------------|--------|
|      |                         |                                      |                |  | ◎は10時おやつ ○は午後おやつ  |   |  |                                      |        |
|      |                         |                                      |                |  | 熱と力になるもの  | 血や肉や骨になるもの                                | 体の調子を整えるもの   | 調味料                                  |        |
| 01 木 | 牛乳(午前)、じゃがバター           | ご飯、鶏肉のパン粉焼き、さっぱりポテトサラダ、はるさめスープ       | 牛乳、アジサイゼリー     | 493.9(407.2)<br>20.7(16.9)<br>15.4(13.8)<br>1.1(0.9) | 米、じゃがいも、マヨネーズ、○砂糖、パン粉、はるさめ、油、砂糖、◎無塩バター、◎じゃがいも           | ○牛乳、鶏もも肉、○豆乳、おから、粉チーズ、◎牛乳                 | きゅうり、○りんごジュース、○ぶどうジュース、にんじん、チンゲンサイ、コーン缶、えのきたけ、○粉かんでん                     | 酢、中華だしの素、食塩、パセリ粉、◎食塩                 |        |
| 02 金 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | ご飯、鶏肉の五目煮、切干大根のサラダ、厚揚げの味噌汁           | 牛乳、きなこラスク      | 500.0(438.6)<br>20.8(18.0)<br>17.5(16.0)<br>1.4(1.2) | 米、○食パン、◎無塩バター、三温糖、油、○砂糖、砂糖、ごま油                          | ○牛乳、生揚げ、鶏もも肉、卵、ハム、麦みそ、○きな粉、◎牛乳            | にんじん、れんこん、ごぼう、きゅうり、しいたけ、いんげん、切り干しだいごん、葉ねぎ、ごま、カットわかめ、◎いちごジャム              | 煮干だし汁、酢、しょうゆ(うすくち)、しょうゆ、みりん          |        |
| 03 土 | 牛乳(午前)、さくさくヨーグルト        | ご飯、豚肉となすの炒め物、粉ふき芋、わかめのすまし汁           | 牛乳、ミルク寒天       | 490.6(420.8)<br>16.5(15.3)<br>18.2(16.4)<br>1.2(1.0) | 米、じゃがいも、○砂糖、油、砂糖、◎三温糖、◎コーンフレーク                          | ○牛乳、豚肉(肩ロース)、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)               | なす、はくさい、にんじん、たまねぎ、ピーマン、◎いちごジャム、○粉かんでん、カットわかめ                             | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、パセリ粉、こしょう        |        |
| 04 日 | 牛乳(午前)、ピザ風クラッカー         | ご飯、親子煮、卵の花、もやしのすまし汁                  | 牛乳、既製品おやつ      | 388.4(324.6)<br>17.6(14.7)<br>12.6(11.5)<br>1.3(1.1) | 米、油、砂糖  | ○牛乳、卵、鶏もも肉、鶏ひき肉、おから、かまぼこ、◎牛乳、◎チーズ         | にんじん、もやし、たまねぎ、えのきたけ、白ネギ、葉ねぎ、ひじき、◎コーン缶                                    | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、食塩、◎ケチャップ           |        |
| 05 月 | 牛乳(午前)、いちごヨーグルト         | きつねうどん、トマトとわかめのおかか和え、バナナ             | 牛乳、じゃこごまおにぎり   | 431.0(368.3)<br>17.0(15.5)<br>11.3(11.5)<br>2.4(1.8) | ゆでうどん、○米、三温糖、砂糖   | ○牛乳、油揚げ、○しらす干し、かつお節、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖)        | バナナ、たまねぎ、トマト、きゅうり、キャベツ、ほうれんそう、にんじん、◎ごま、◎焼きのり、カットわかめ、◎いちごジャム              | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、酢、食塩              |        |
| 06 火 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | カレーライス、バスタサダ、りんごヨーグルト                | 牛乳、型抜きビスケット    | 675.8(557.1)<br>20.9(17.4)<br>28.5(23.6)<br>1.7(1.3) | 米、じゃがいも、○薄力粉、◎無塩バター、マカロニス/スバゲティ、マヨネーズ、○粉糖、油、砂糖          | ○牛乳、ヨーグルト(無糖)、豚肉(肩ロース)、卵、ハム、◎牛乳           | たまねぎ、りんご、にんじん、ブロッコリー、きゅうり、キャベツ、◎いちごジャム                                   | カレールー                                | 絵本メニュー |
| 07 水 | 牛乳(午前)、バナナ              | ご飯、鶏肉のかば焼き、春雨の酢の物、キャベツのみそ汁           | 牛乳、枝豆と昆布の混ぜごはん | 604.6(507.7)<br>20.9(18.8)<br>17.7(16.4)<br>1.4(1.1) | 米、○米、はるさめ、片栗粉、油、砂糖、ごま油                                  | ○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、卵、麦みそ、油揚げ、◎牛乳               | キャベツ、にんじん、○えだまめ、きゅうり、○塩こんぶ、ごま、しょうが、◎ごま、◎バナナ                              | 煮干だし汁、酢、みりん、酒、しょうゆ、しょうゆ(うすくち)、食塩、◎食塩 |        |
| 08 木 | 牛乳(午前)、ピザ風クラッカー         | ご飯、さけのムニエル、さつまいものサラダ、マカロニススープ        | 牛乳、かぼちゃのパンケーキ  | 593.3(483.0)<br>22.6(18.6)<br>19.3(16.5)<br>1.3(1.2) | 米、さつまいも、◎ホットケーキミックス、マヨネーズ、◎三温糖、バター、薄力粉、マカロニス/スバゲティ、油、◎油 | ○牛乳、さけ、○豆乳、ベーコン、ハム、◎牛乳、◎チーズ               | きゅうり、キャベツ、◎かぼちゃ、たまねぎ、コーン缶、コーン(冷凍)、にんじん、◎コーン缶                             | コンソメ、食塩、こしょう、◎ケチャップ                  |        |
| 09 金 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | ご飯、炒り豆腐、キャベツのツナあえ、こまつなのみそ汁           | 牛乳、スイートポテト     | 501.0(417.1)<br>18.3(15.1)<br>15.7(13.7)<br>1.2(0.9) | 米、◎さつまいも、○米粉、○砂糖、油、砂糖、◎ごま油                              | ○牛乳、木綿豆腐、○豆乳、卵、鶏ひき肉、ツナ油漬缶、麦みそ、◎牛乳         | キャベツ、にんじん、こまつな、えのきたけ、白ネギ、いんげん、さやえんどう、◎ごま、◎いちごジャム                         | 煮干だし汁、しょうゆ、みりん、◎食塩                   |        |
| 10 土 | 牛乳(午前)、さつまいものきな粉和え①     | ご飯、レバニラ炒め、じゃがいものスープ煮、大根のピクルス         | チーズ蒸しパン        | 388.6(351.5)<br>15.5(12.1)<br>8.2(12.4)<br>1.1(0.8)  | 半つき米、じゃがいも、◎ホットケーキミックス、○砂糖、砂糖、ごま油、◎三温糖、◎さつまいも           | 鶏レバー、鶏もも肉(皮付き)、◎卵、◎牛乳、◎チーズ、◎粉チーズ、◎牛乳、◎きな粉 | たまねぎ、だいこん、もやし、にんじん、きゅうり、赤ピーマン、にら、カットわかめ、しょうが                             | 酢、鳥がらだし汁、しょうゆ、オイスターソース、コンソメ、食塩       |        |
| 11 日 | 牛乳(午前)、クラッカーサンド(ブルーベリー) | ご飯、鶏肉の甘酢炒め、里芋サラダ、豆乳汁                 | 牛乳、既製品おやつ      | 489.8(428.7)<br>20.6(18.1)<br>15.9(15.4)<br>1.4(1.2) | 米、じゃがいも、さといも(冷凍)、マヨネーズ、片栗粉、油、砂糖、ごま油                     | ○牛乳、鶏もも肉、豆乳、ベーコン、ちくわ、◎牛乳、◎クリームチーズ         | たまねぎ、にんじん、クリームコーン缶、きゅうり、ブロッコリー、ピーマン、ごま、◎ブルーベリージャム                        | しょうゆ、酢、酒、食塩、しょうゆ(うすくち)               |        |
| 12 月 | 牛乳(午前)、バナナ              | 焼きそば、かきたま汁、りんご                       | 牛乳、チャーハン       | 493.9(422.1)<br>19.8(16.6)<br>14.8(12.8)<br>1.9(1.5) | 焼きそばめん、○米、油、◎ごま油  | ○牛乳、卵、豚肉(もも)、○しらす干し、◎牛乳                   | りんご、もやし、にんじん、キャベツ、たまねぎ、ほうれんそう(冷凍)、◎にんじん、◎ピーマン、◎しいたけ、干しいたけ、◎ひじき、あおのり、◎バナナ | かつお・昆布だし汁、中濃ソース、しょうゆ、みりん             |        |
| 13 火 | 牛乳(午前)、じゃこトースト          | ご飯、カレーのピザ焼き、コーンサラダ、コンソメスープ           | 牛乳、カステラ風ケーキ    | 535.8(472.0)<br>22.7(20.8)<br>18.1(17.3)<br>1.7(1.6) | ○米、◎ホットケーキミックス、ごまドレッシング、◎無塩バター、○砂糖、◎食パン                 | ○牛乳、かたい、◎卵、ベーコン、チーズ、ハム、◎牛乳、◎チーズ、◎しらす干し    | たまねぎ、きゅうり、コーン(冷凍)、にんじん、ほうれんそう、ピーマン                                       | ケチャップ、コンソメ、食塩、◎しょうゆ                  |        |
| 14 水 | 牛乳(午前)、おさつバター           | ロールパン、れんこんバーグ、ツナと小松菜の和え物、レタスとトマトのスープ | 牛乳、焼きもちおにぎり    | 525.1(476.4)<br>22.2(17.5)<br>20.2(16.9)<br>1.5(1.3) | ○米、ロールパン、片栗粉、油、◎ごま油、砂糖、◎無塩バター、◎さつまいも                    | ○牛乳、豚ひき肉、ハム、ツナ油漬缶、脱脂粉乳、◎牛乳                | たまねぎ、れんこん、こまつな、◎コーン(冷凍)、レタス、にんじん、トマト、ごま、◎ごま                              | しょうゆ、コンソメ、食塩、◎みりん、◎しょうゆ、◎食塩          |        |
| 15 木 | 牛乳(午前)、さくさくヨーグルト        | ご飯、鮭のマリネ、キャベツの昆布サラダ、厚揚げのみそ汁          | 牛乳、にんじんボンデケーキ  | 498.3(455.9)<br>21.3(22.2)<br>16.2(16.4)<br>1.3(1.1) | 米、○片栗粉、○米粉、◎マッシュポテト、◎油、油、砂糖、片栗粉、ごま油、◎三温糖、◎コーンフレーク       | ○牛乳、さけ、生揚げ、麦みそ、◎ウインナーソーセージ、◎牛乳、◎ヨーグルト(無糖) | キャベツ、にんじん、たまねぎ、はくさい、◎にんじん、きゅうり、えのきたけ、黄ピーマン、塩こんぶ                          | 煮干だし汁、酢、酒、食塩、◎食塩、◎コンソメ               |        |
| 16 金 | 牛乳(午前)、大学芋風             | 野菜そぼろ丼、きゅうりのごま酢和え、中華スープ              | 牛乳、おからバナナドーナツ  | 510.5(490.5)<br>20.2(17.2)<br>18.8(16.2)<br>1.5(1.1) | 米、○米粉、◎油、○砂糖、油、砂糖、ごま油、米粉、◎三温糖、◎さつまいも                    | ○牛乳、◎牛乳、豚ひき肉、蒸し大豆、卵、◎豆乳、◎おから              | きゅうり、にんじん、◎バナナ、もやし、たまねぎ、しいたけ、こまつな、キャベツ、赤ピーマン、にら、コーン(冷凍)、ごま、◎黒ごま          | しょうゆ、酒、酢、中華だしの素、食塩                   |        |
| 17 土 | 牛乳(午前)、バナナ              | ご飯、鶏と野菜のとり煮、かぼちゃバター、もやしのみそ汁          | 牛乳、フルーツきんとん    | 482.2(409.6)<br>16.9(14.7)<br>13.3(12.4)<br>0.9(0.7) | 米、◎さつまいも、○砂糖、無塩バター、片栗粉                                  | ○牛乳、鶏もも肉(皮付き)、麦みそ、◎牛乳                     | かぼちゃ、もやし、はくさい、◎パイン缶、にんじん、チンゲンサイ、たまねぎ、◎もも缶(黄桃)、えのきたけ、いんげん、◎バナナ            | 煮干だし汁、かつお・昆布だし汁、みりん、しょうゆ、◎食塩         |        |
| 18 日 | 牛乳(午前)、クラッカーサンド         | ご飯、切干大根と凍り豆腐の煮物、アスパラのおかか和え、そうめん汁     | 牛乳、既製品おやつ      | 347.7(324.0)<br>13.5(12.4)<br>8.0(9.3)<br>1.4(1.3)   | 米、干しそめん、砂糖  | ○牛乳、かまぼこ、凍り豆腐、油揚げ、かつお節、◎牛乳、◎クリームチーズ       | にんじん、グリーンアスパラガス、ほうれんそう、切り干しだいごん、葉ねぎ、干しいたけ、◎いちごジャム                        | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、みりん、しょうゆ(うすくち)        |        |
| 19 月 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | ナポリタン、野菜コンソメスープ、バナナ                  | 牛乳、ごぼうの混ぜご飯    | 580.8(493.5)<br>18.3(15.8)<br>14.5(13.6)<br>1.7(1.4) | ○米、マカロニス/スバゲティ、さつまいも、油、片栗粉                              | ○牛乳、豆乳、ベーコン、◎油揚げ、◎牛乳                      | バナナ、にんじん、クリームコーン缶、たまねぎ、◎ごぼう、白ネギ、◎にんじん、しめじ、ピーマン、◎いちごジャム                   | ◎かつお・昆布だし汁、ケチャップ、◎しょうゆ、◎酒、◎みりん、食塩    |        |
| 20 火 | 牛乳(午前)、じゃがバター           | ご飯、かたいの包み焼き、小松菜の和え物、里芋のみそ汁           | 牛乳、マカロニきな粉     | 447.8(496.6)<br>21.6(24.3)<br>11.0(11.5)<br>1.2(1.0) | 米、さといも、◎マカロニ、○砂糖、油、砂糖、◎無塩バター、◎じゃがいも                     | ○牛乳、かたい、麦みそ、◎きな粉、油揚げ、◎牛乳                  | こまつな、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、コーン缶、赤ピーマン、レモン果汁                                    | 煮干だし汁、しょうゆ、酒、食塩、◎食塩                  |        |
| 21 水 | 牛乳(午前)、大学かぼちゃ風          | 食パン、タンダーリーチキン、大根サラダ、アスパラガスのスープ       | 牛乳、ツナきゅうりおにぎり  | 499.3(446.3)<br>24.7(20.4)<br>19.8(16.6)<br>1.8(1.4) | ○米、食パン、マヨネーズ、◎三温糖、◎マヨネーズ、片栗粉、砂糖                         | ○牛乳、◎牛乳、鶏もも肉、ツナ油漬缶、ヨーグルト(無糖)、ベーコン、◎ツナ水煮缶  | ◎かぼちゃ、だいごん、にんじん、たまねぎ、きゅうり、グリーンアスパラガス、◎きゅうり、えのきたけ、◎塩こんぶ、◎黒ごま、にんにく         | ケチャップ、しょうゆ、コンソメ、食塩、カレー粉              |        |
| 22 木 | 牛乳(午前)、バナナ              | ご飯、鶏肉と野菜のトマト煮、ほうれんそうサラダ、野菜スープ        | 牛乳、アップルポテト     | 554.0(463.6)<br>20.4(18.9)<br>19.0(16.5)<br>1.3(1.0) | 米、◎さつまいも、じゃがいも、油、◎砂糖、◎無塩バター、片栗粉、砂糖                      | ○牛乳、鶏もも肉、ベーコン、ツナ油漬缶、◎牛乳                   | ほうれんそう(冷凍)、たまねぎ、◎りんご、◎ポルトマト缶詰、緑豆もやし、キャベツ、なす、赤ピーマン、にんじん、すりごま、にんにく、◎バナナ    | しょうゆ、コンソメ、酢、食塩                       |        |

## 献立表

| 日付      | 午前おやつ                   | 献立                                    | 午後おやつ       | エネルギーたんぱく質脂質/塩分( )は未測定                               | 材 料 名   |  |  |                                    | 行事  |
|---------|-------------------------|---------------------------------------|-------------|--|---|--|--|------------------------------------|-----|
|         |                         |                                       |             |  | 熱と力になるもの  | 血や肉や骨になるもの                                     | 体の調子を整えるもの   | 調味料                                |     |
| 23<br>金 | 牛乳(午前)、ピザ風クラッカー         | さけの混ぜ寿司、ブロッコリーのごまマヨ和え、くずし豆腐汁          | 牛乳、ケーキサレ    | 580.1(473.7)<br>26.8(23.9)<br>18.6(16.2)<br>1.4(1.2) | 米、○薄力粉、マヨネーズ、○砂糖、砂糖、○油、油                        | ○牛乳、絹ごし豆腐、さけ、○豆腐、○ウインナーソーセージ、○牛乳、○チーズ          | ブロッコリー、白ネギ、にんじん、○こまつな、○コーン缶、コーン缶、きゅうり、切り干しだいこん、ごま、焼きのり、○コーン缶       | かつお・昆布だし汁、酢、みりん、しょうゆ、食塩、○食塩、○ケチャップ |     |
| 24<br>土 | 牛乳(午前)、いちごヨーグルト         | ご飯、チャプチェ、れんこんのさっぱり和え、根菜のみそ汁           | 牛乳、おさつバター   | 516.3(443.9)<br>19.6(17.8)<br>16.9(16.1)<br>1.3(1.1) | 米、○さつまいも(皮付)、ジャガイモ、はるさめ、○バター、砂糖、ごま油             | ○牛乳、豚肉(もも)、油揚げ、ツナ油漬缶、麦みそ、○牛乳、○ヨーグルト(無糖)        | たまねぎ、れんこん、にんじん、ブロッコリー、こまつな、にら、エリンギ、ごま、○いちごジャム                      | 煮干だし汁、しょうゆ、酢、中華だしの素                |     |
| 25<br>日 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | ご飯、豚肉とごぼうの炒め煮、おくらとキャベツの和え物、豆腐のすまし汁    | 牛乳、既製品おやつ   | 388.5(338.3)<br>17.1(14.3)<br>12.1(11.2)<br>1.0(0.8) | 米、油、砂糖  | ○牛乳、本醸豆腐、豚肉(もも)、○牛乳                            | キャベツ、にんじん、ごぼう、えのきたけ、白ネギ、チンゲンサイ、オクラ、○いちごジャム                         | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酢、食塩                |     |
| 26<br>月 | 牛乳(午前)、バナナ              | コーンご飯、鶏のカレーから揚げ、ポテトサラダ、大根の味噌汁         | 牛乳、バナナコアケーキ | 549.1(467.1)<br>22.2(19.0)<br>21.9(18.8)<br>1.5(1.2) | 米、ジャガイモ、○ホットケーキ粉、油、マヨネーズ、片栗粉、○砂糖、○無塩バター、薄力粉、○粉糖 | ○牛乳、鶏もも肉、卵、ハム、○ヨーグルト(無糖)、○ホイップクリーム、麦みそ、生揚げ、○牛乳 | だいこん、○バナナ、にんじん、きゅうり、コーン(冷凍)、たまねぎ、万能ねぎ、○バナナ粉                        | 煮干だし汁、しょうゆ(うすくち)、おろししょうが、食塩、カレー粉   | 誕生会 |
| 27<br>火 | 牛乳(午前)、さつまいものきな粉和え①     | ご飯、鶏肉のコーンマヨ焼き、コールスローサラダ、白菜のみそ汁        | 牛乳、小松菜ケーキ   | 521.6(484.6)<br>20.0(18.0)<br>19.1(17.5)<br>1.5(1.2) | 米、○ホットケーキ粉、マヨネーズ、○無塩バター、○三温糖、砂糖、○三温糖、○さつまいも     | ○牛乳、鶏もも肉、麦みそ、ハム、○牛乳、○きな粉                       | はくさい、にんじん、キャベツ、きゅうり、○こまつな、○バナナ、コーン(冷凍)、カットわかめ                      | 煮干だし汁、酢、食塩、パセリ粉                    |     |
| 28<br>水 | 牛乳(午前)、クラッカーサンド(ブルーベリー) | ロールパン、たらとトマトクリーム煮、ほうれん草のごま和え、さつまいもスープ | 牛乳、しらすおにぎり  | 519.0(477.4)<br>25.1(22.2)<br>16.3(16.1)<br>1.9(1.6) | ○米、ロールパン、さつまいも、無塩バター、薄力粉、砂糖、油                   | ○牛乳、たら、牛乳、○しらす干し、○牛乳、○クリームチーズ                  | たまねぎ、ほうれん草、キャベツ、ブロッコリー、にんじん、ホールのトマト詰、○にんじん、ごま、○ごま、○あおのり、○ブルーベリージャム | しょうゆ、コンソメ、○しょうゆ(うすくち)、食塩           |     |
| 29<br>木 | 牛乳(午前)、ピザ風クラッカー         | ご飯、コロッケ風、もやしの和え物、オニオンスープ              | 牛乳、チーズマフィン  | 588.3(484.9)<br>20.3(17.0)<br>21.0(17.9)<br>1.4(1.2) | 米、ジャガイモ、○薄力粉、○三温糖、○マーガリン、パン粉、薄力粉、油、砂糖           | ○牛乳、豚ひき肉、○チーズ、○卵、卵、○脱脂粉乳、○牛乳、○チーズ              | たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、○干しぶどう、にんにく、○コーン缶                          | しょうゆ、コンソメ、食塩、パセリ粉、○ケチャップ           |     |
| 30<br>金 | 牛乳(午前)、ビスケットのジャムのせ      | 豚丼、かきたま汁、りんごヨーグルト                     | 牛乳、黒糖蒸しパン   | 562.1(481.6)<br>21.6(18.7)<br>20.2(17.9)<br>1.3(1.2) | 米、○ホットケーキ粉、○黒砂糖、油、片栗粉、○油、砂糖                     | ○牛乳、豚肉(肩ロース)、ヨーグルト(無糖)、○卵、卵、○牛乳                | たまねぎ、りんご、にんじん、はくさい、こまつな、えのきたけ、しいたけ、薬ねぎ、にんにく、しょうが、○いちごジャム           | かつお・昆布だし汁、しょうゆ、酒、しょうゆ(うすくち)        |     |

3歳以上児は朝おやつがありません。また、仕入れの都合により一部献立を変更させていただく場合がございます。

# 6月の離乳食 後期（かみかみ）

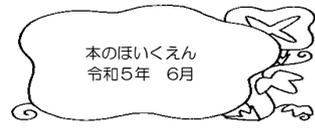


| 日付     | 曜日          | 給食                   |              |                   | 午後のおやつ<br>献立名<br>原材料 |                  |     |
|--------|-------------|----------------------|--------------|-------------------|----------------------|------------------|-----|
|        |             | 午前のおやつ<br>献立名<br>原材料 | 献立名          | 原材料名              |                      |                  |     |
|        |             | 献立名<br>原材料           |              |                   |                      |                  |     |
| 1      | 木           | 蒸しさつまいも              | 粥/軟飯         | 米                 | だし粥                  |                  |     |
|        |             | さつまい芋                | 鶏肉のとろとろ煮     | 鶏肉・醤油・片栗粉         | 米・だし                 |                  |     |
|        |             |                      | じゃが芋の煮物      | じゃが芋・醤油           |                      |                  |     |
| 2      | 金           | 既製品おやつ               | 人参スープ        | 人参・だし・醤油          | 人参粥                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉の煮物        | 鶏肉・だし・醤油          |                      |                  |     |
|        |             |                      | 人参サラダ        | 人参・醤油             |                      |                  |     |
| 3      | 土           | 既製品おやつ               | バナナ          | バナナ               | 蒸しさつまいも              |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏ささみの旨煮      | 鶏ささ身・だし・醤油        |                      |                  |     |
|        |             |                      | じゃが芋のサラダ     | じゃがいも・人参・醤油       |                      |                  |     |
| 4      | 日           | 既製品おやつ               | 白菜のすまし汁      | 白菜・だし・醤油          | さつまいも                |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉の煮物        | 鶏肉・人参・醤油          |                      |                  |     |
|        |             |                      | 人参サラダ        | 人参・醤油             |                      |                  |     |
| 5      | 月           | 既製品おやつ               | かぼちゃのすまし汁    | かぼちゃ・だし・醤油        | 既製品おやつ               |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | ふかし芋         | 粥/軟飯              |                      | 米                | だし粥 |
|        |             |                      | じゃが芋         | ほうれん草としらすの煮物      |                      | しらす・ほうれん草・醤油     |     |
| トマトサラダ | トマト・キャベツ・醤油 |                      |              |                   |                      |                  |     |
| 6      | 火           | 既製品おやつ               | バナナ          | バナナ               | りんごのコンポート            |                  |     |
|        |             |                      | 蒸しさつまいも      | 粥/軟飯              |                      | 米                |     |
|        |             |                      | さつまい芋        | 鶏ささみとブロッコリーのとろみあん |                      | 鶏肉・ブロッコリー・醤油・片栗粉 |     |
|        |             |                      |              | じゃがいもの煮物          |                      | じゃが芋・人参・醤油       |     |
| 7      | 水           | 既製品おやつ               | キャベツサラダ      | キャベツ・醤油           | りんご                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉と人参の煮物     | 鶏肉・人参・醤油          |                      |                  |     |
|        |             |                      | さつまいもサラダ     | さつまいも・醤油          |                      |                  |     |
| 8      | 木           | 既製品おやつ               | 野菜スープ        | キャベツ・人参・だし・醤油     | 人参粥                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉の煮物        | 鶏挽肉・人参・醤油・片栗粉     |                      |                  |     |
|        |             |                      | さつまいもの煮物     | さつまいも・人参・醤油       |                      |                  |     |
| 9      | 金           | 既製品おやつ               | キャベツのすまし汁    | キャベツ・だし・醤油        | 蒸しさつまいも              |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 豆腐のそぼろあん     | 鶏挽肉・豆腐・醤油・片栗粉     |                      |                  |     |
|        |             |                      | キャベツの和え物     | キャベツ・人参・醤油        |                      |                  |     |
| 10     | 土           | 既製品おやつ               | 小松菜のすまし汁     | 小松菜・人参・だし・醤油      | さつまいも                |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉の旨煮        | 鶏肉・だし・醤油          |                      |                  |     |
|        |             |                      | 人参サラダ        | 人参・醤油             |                      |                  |     |
| 11     | 日           | 既製品おやつ               | じゃが芋のすまし汁    | じゃがいも・キャベツ・だし・醤油  | だし粥                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏肉と野菜の煮物     | 鶏肉・キャベツ・人参・だし・醤油  |                      |                  |     |
|        |             |                      | ポテトサラダ       | じゃが芋・ブロッコリー・醤油    |                      |                  |     |
| 12     | 月           | 既製品おやつ               | 里芋のすまし汁      | 里芋・人参・だし・醤油       | 既製品おやつ               |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 豆腐の煮物        | 豆腐・キャベツ・人参・だし・醤油  |                      |                  |     |
|        |             |                      | ほうれん草の煮物     | ほうれん草・人参・醤油       |                      |                  |     |
| 13     | 火           | 既製品おやつ               | りんごのコンポート    | りんご               | しらす粥                 |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | しらすとほうれん草の煮物 | しらす・ほうれん草・醤油      |                      |                  |     |
|        |             |                      | さつまいもの煮物     | さつまいも・人参・醤油       |                      |                  |     |
| 14     | 水           | 既製品おやつ               | 人参スープ        | 人参・醤油             | だし粥                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 鶏挽肉のとろみ煮     | 鶏挽肉・だし・醤油・片栗粉     |                      |                  |     |
|        |             |                      | 小松菜のサラダ      | 小松菜・人参・醤油         |                      |                  |     |
| 15     | 木           | 既製品おやつ               | トマトスープ       | トマト・人参・だし・醤油      | 人参粥                  |                  |     |
|        |             |                      | 粥/軟飯         | 米                 |                      |                  |     |
|        |             |                      | 豆腐の煮物        | 豆腐・だし・醤油          |                      |                  |     |
|        |             |                      | キャベツの和え物     | キャベツ・人参・醤油        |                      |                  |     |
| 15     | 木           | 既製品おやつ               | 白菜のすまし汁      | 白菜・人参・だし・醤油       | マッシュポテト              |                  |     |
|        |             |                      | じゃが芋・牛乳      |                   |                      |                  |     |

| 日付 | 曜日 | 午前のおやつ     | 給食                                   |   | 午後のおやつ     |
|----|----|------------|--------------------------------------|---|------------|
|    |    | 献立名<br>原材料 | 献立名                                  | 原材料名  | 献立名<br>原材料 |
| 16 | 金  | 蒸しさつまいも    | 粥/軟飯                                 | 米   | バナナ        |
|    |    | さつまいも      | キャベツのそぼろあん<br>人参サラダ<br>小松菜のすまし汁      | キャベツ・鶏挽肉・醤油・片栗粉<br>人参・醤油<br>小松菜・人参・醤油             | バナナ        |
| 17 | 土  | バナナ        | 粥/軟飯                                 | 米   | りんごきんとん    |
|    |    | バナナ        | 鶏肉の煮物<br>白菜の和え物<br>かぼちゃのスープ          | 鶏肉・人参・だし・醤油<br>白菜・人参・醤油<br>かぼちゃ・醤油                | りんご・さつまいも  |
| 18 | 日  | 蒸しさつまいも    | 粥/軟飯                                 | 米   | 既製品おやつ     |
|    |    | さつまいも      | 豆腐のとろみあん<br>ほうれん草の和え物<br>人参スープ       | 豆腐・だし・醤油・片栗粉<br>ほうれん草・人参・醤油<br>人参・醤油              |            |
| 19 | 月  | 既製品おやつ     | 粥/軟飯                                 | 米   | だし粥        |
|    |    |            | 鶏ささ身の旨煮<br>さつまいもスープ<br>バナナ           | 鶏肉・だし・醤油<br>さつまいも・人参・醤油<br>バナナ                    | 米・だし       |
| 20 | 火  | ふかし芋       | 粥/軟飯                                 | 米   | 人参粥        |
|    |    | じゃが芋       | 鶏挽肉と人参の煮物<br>小松菜の和え物<br>里芋のすまし汁      | 鶏挽肉・人参・醤油<br>小松菜・人参・醤油<br>里芋・人参・だし・醤油             | 米・人参       |
| 21 | 水  | 既製品おやつ     | 粥/軟飯                                 | 米   | だし粥        |
|    |    |            | 鶏肉のトロトロ煮<br>人参サラダ<br>かぼちゃのすまし汁       | 鶏肉・人参・醤油・片栗粉<br>人参・醤油<br>かぼちゃ・だし・醤油               | 米・だし       |
| 22 | 木  | バナナ        | 粥/軟飯                                 | 米   | アップルポテト    |
|    |    |            | 鶏肉とじゃが芋の煮物<br>ほうれん草の和え物<br>キャベツスープ   | 鶏肉・じゃが芋・だし・醤油<br>ほうれん草・人参・醤油<br>キャベツ・人参・醤油        | さつまいも・りんご  |
| 23 | 金  | 既製品おやつ     | 粥/軟飯                                 | 米   | 蒸しかぼちゃ     |
|    |    |            | 豆腐のとろみあん<br>ブロッコリーサラダ<br>小松菜のスープ     | 豆腐・だし・醤油・片栗粉<br>ブロッコリー・人参・醤油<br>小松菜・人参・醤油         | かぼちゃ       |
| 24 | 土  | ふかし芋       | 粥/軟飯                                 | 米   | 蒸しさつまいも    |
|    |    | じゃが芋       | 鶏じゃが<br>蒸しブロッコリー<br>小松菜スープ           | 鶏挽肉・じゃがいも・人参・醤油<br>ブロッコリー・醤油<br>小松菜・人参・醤油         | さつまいも      |
| 25 | 日  | ふかし芋       | 粥/軟飯                                 | 米   | 既製品おやつ     |
|    |    | じゃが芋       | 豆腐の煮物<br>人参サラダ<br>キャベツスープ            | 豆腐・だし・醤油<br>人参・醤油<br>キャベツ・人参・醤油                   |            |
| 26 | 月  | バナナ        | 粥/軟飯                                 | 米   | 人参粥        |
|    |    | バナナ        | 鶏肉の旨煮<br>ふかし芋<br>人参のすまし汁             | 鶏肉・人参・醤油<br>じゃがいも<br>人参・だし・醤油                     | 米・人参       |
| 27 | 火  | 蒸しさつまいも    | 粥/軟飯                                 | 米   | しらす粥       |
|    |    | さつまいも      | ブロッコリーのそぼろあん<br>ほうれん草の和え物<br>キャベツスープ | 鶏挽肉・ブロッコリー・醤油・片栗粉<br>ほうれん草・人参・醤油<br>キャベツ・さつまいも・醤油 | 米・しらす      |
| 28 | 水  | 蒸しさつまいも    | 粥/軟飯                                 | 米   | バナナ        |
|    |    | さつまいも      | 鶏肉と白菜の旨煮<br>キャベツサラダ<br>小松菜のすまし汁      | 鶏肉・白菜・だし・醤油<br>キャベツ・人参・醤油<br>小松菜・白菜・だし・醤油         | バナナ        |
| 29 | 木  | 既製品おやつ     | 粥/軟飯                                 | 米   | 人参粥        |
|    |    |            | 鶏挽肉とじゃが芋の煮物<br>小松菜の和え物<br>野菜のすまし汁    | 鶏肉・じゃが芋・醤油・片栗粉<br>小松菜・人参・醤油<br>キャベツ・人参・だし・醤油      | 米・人参       |
| 30 | 金  | バナナ        | 粥/軟飯                                 | 米   | だし粥        |
|    |    | バナナ        | 豆腐と野菜の煮物<br>白菜の和え物<br>りんごのコンポート      | 豆腐・小松菜・人参・醤油<br>白菜・人参・醤油<br>りんご                   | 米・だし       |
|    |    |            |                                      |   |            |

# 6月の離乳食 中期（もぐもぐ）

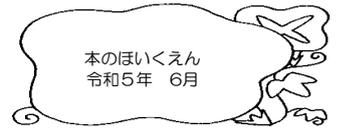
本のほいくえん  
令和5年 6月



| 日付 | 曜日 | 給食           |                | 午後のおやつ     |
|----|----|--------------|----------------|------------|
|    |    | 献立名          | 原材料名           | 献立名<br>原材料 |
| 1  | 木  | 粥            | 米              | だし粥        |
|    |    | じゃが芋の煮物      | じゃが芋・だし        |            |
|    |    | 人参スープ        | 人参・だし          |            |
| 2  | 金  | 粥            | 米              | 人参粥        |
|    |    | 茹で人参         | 人参             |            |
|    |    | バナナ          | バナナ            |            |
| 3  | 土  | 粥            | 米              | 蒸しさつまいも    |
|    |    | じゃが芋の煮物      | じゃがいも・人参・だし    |            |
|    |    | 白菜のすまし汁      | 白菜・だし          |            |
| 4  | 日  | 粥            | 米              | 既製品おやつ     |
|    |    | 茹で人参         | 人参             |            |
|    |    | かぼちゃのすまし汁    | かぼちゃ・だし        |            |
| 5  | 月  | 粥            | 米              | だし粥        |
|    |    | ほうれん草としらすの煮物 | ほうれん草・しらす・だし   |            |
|    |    | トマトサラダ       | トマト・キャベツ       |            |
| 6  | 火  | 粥            | 米              | りんごのコンポート  |
|    |    | じゃが芋の煮物      | じゃが芋・人参・だし     |            |
|    |    | キャベツサラダ      |                |            |
| 7  | 水  | 粥            | 米              | 人参粥        |
|    |    | 蒸しさつまいも      | さつまいも          |            |
|    |    | 野菜スープ        | キャベツ・人参・だし     |            |
| 8  | 木  | 粥            | 米              | 蒸しかぼちゃ     |
|    |    | さつまいもの煮物     | さつまいも・人参・だし    |            |
|    |    | キャベツのすまし汁    | キャベツ・だし        |            |
| 9  | 金  | 粥            | 米              | 蒸しさつまいも    |
|    |    | キャベツの煮物      | キャベツ・人参・だし     |            |
|    |    | 小松菜のすまし汁     | 小松菜・人参・だし      |            |
| 10 | 土  | 粥            | 米              | だし粥        |
|    |    | 人参の煮物        | 人参の煮物          |            |
|    |    | じゃが芋のすまし汁    | じゃが芋・キャベツ・だし   |            |
| 11 | 日  | 粥            | 米              | 既製品おやつ     |
|    |    | ブロッコリーの煮物    | ブロッコリー・じゃが芋・だし |            |
|    |    | 里芋のすまし汁      | 里芋・人参・だし       |            |
| 12 | 月  | 粥            | 米              | しらす粥       |
|    |    | 豆腐の煮物        | 豆腐・キャベツ・人参・だし  |            |
|    |    | ほうれん草の煮物     | ほうれん草・人参・だし    |            |
| 13 | 火  | 粥            | 米              | だし粥        |
|    |    | しらすとほうれん草の煮物 | しらす・ほうれん草・だし   |            |
|    |    | さつまいもの煮物     | さつまいも・人参・だし    |            |
| 14 | 水  | 粥            | 米              | 人参粥        |
|    |    | 小松菜の煮物       | 小松菜・人参・だし      |            |
|    |    | トマト          | トマト            |            |
| 15 | 木  | 粥            | 米              | ふかし芋       |
|    |    | 豆腐の煮物        | 豆腐・だし          |            |
|    |    | キャベツの煮物      | キャベツ・人参・だし     |            |



# 6月の離乳食 初期 (ごっくん)



| 日                 | 月                  | 火                   | 水                  | 木                  | 金                 | 土                  |
|-------------------|--------------------|---------------------|--------------------|--------------------|-------------------|--------------------|
|                   |                    |                     |                    | 1                  | 2                 | 3                  |
|                   |                    |                     |                    | 粥<br>人参<br>じゃがいも   | 粥<br>人参<br>白菜     | 粥<br>白菜<br>じゃがいも   |
| 4                 | 5                  | 6                   | 7                  | 8                  | 9                 | 10                 |
| 粥<br>人参<br>かぼちゃ   | 粥<br>ほうれん草<br>キャベツ | 粥<br>じゃがいも<br>人参    | 粥<br>さつまいも<br>キャベツ | 粥<br>キャベツ<br>人参    | 粥<br>人参<br>小松菜    | 粥<br>キャベツ<br>じゃがいも |
| 11                | 12                 | 13                  | 14                 | 15                 | 16                | 17                 |
| 粥<br>ブロッコリー<br>里芋 | 粥<br>豆腐<br>ほうれん草   | 粥<br>さつまいも<br>人参    | 粥<br>人参<br>小松菜     | 粥<br>豆腐<br>キャベツ    | 粥<br>小松菜<br>人参    | 粥<br>白菜<br>かぼちゃ    |
| 18                | 19                 | 20                  | 21                 | 22                 | 23                | 24                 |
| 粥<br>人参<br>豆腐     | 粥<br>人参<br>じゃがいも   | 粥<br>小松菜<br>里芋      | 粥<br>かぼちゃ<br>人参    | 粥<br>ほうれん草<br>キャベツ | 粥<br>豆腐<br>ブロッコリー | 粥<br>小松菜<br>人参     |
| 25                | 26                 | 27                  | 28                 | 29                 | 30                |                    |
| 粥<br>豆腐<br>人参     | 粥<br>人参<br>じゃがいも   | 粥<br>ほうれん草<br>さつまいも | 粥<br>小松菜<br>白菜     | 粥<br>キャベツ<br>人参    | 粥<br>豆腐<br>人参     |                    |
|                   |                    |                     |                    |                    |                   |                    |
|                   |                    |                     |                    |                    |                   |                    |