



2022年 6月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
1 (水)	昼食	おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃの豆乳煮 かつおだし汁	おかゆ 白菜のやわらか煮 かぼちゃの豆乳煮 かつおだし汁	おかゆ 白菜・こまつなペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 はくさい にんじん こまつな かぼちゃ たまねぎ だし汁 豆乳 だし汁
	おやつ	しらすとわかめのお粥 みかん			米 しらす わかめ みかん缶
2 (木)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の炒め煮 さつまいものお焼き みそ汁 (大根)	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 さつまいもマッシュ みそ汁 (大根)	おかゆ 野菜ペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 豚肉 豆腐 キャベツ にんじん ピーマン さつまいも にんじん 片栗粉 三温糖 油 だいこん だし汁 みそ
	おやつ	さつまいも粥 りんご (おろし)			米 さつまいも りんご
3 (金)	昼食	しらす粥 とうがんのそぼろ煮 ヨーグルト和え (フルーツ) みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	しらす粥 とうがんのそぼろ煮 ヨーグルト和え (フルーツ) みそ汁 (じゃが芋・こまつな)	おかゆ とうがん・にんじんペースト りんごのおろし煮 かつおだし汁	米 しらす 鶏ひき肉 とうがん にんじん いんげん りんご みかん ヨーグルト じゃがいも こまつな だし汁 みそ
	おやつ	トマトスープ 食パンスティック			トマト じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん 食パン
4 (土)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 マッシュポテトサラダ みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐のみそ煮 マッシュポテトサラダ みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐つぶし煮 マッシュポテト	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん じゃがいも にんじん キャベツ だし汁 みそ
	おやつ	ひじき雑炊 バナナ		かつおだし汁	米 ひじき にんじん バナナ
6 (月)	昼食	おかゆ 白身魚と野菜の旨煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (豆腐・わかめ)	おかゆ 白身魚と野菜の旨煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (豆腐・わかめ)	おかゆ 白身魚と野菜のペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ にんじん ピーマン かぼちゃ きゅうり 塩 豆腐 わかめ だし汁 みそ
	おやつ	わかめ粥 バナナ			米 わかめ バナナ
7 (火)	昼食	おかゆ 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 みそ汁 (ほうれん草)	おかゆ トマト・じゃがいもペースト 大根ペースト かつおだし汁	米 ささ身 トマト 三温糖 たまねぎ じゃがいも だいこん にんじん いんげん ほうれんそう だし汁 みそ
	おやつ	青菜粥 ヨーグルト			米 ほうれんそう だし汁 塩 ヨーグルト (乳)
8 (水)	昼食	レバー粥 豆腐と野菜の炒め煮 ツナと大根のコーンクリーム煮 かつおだし汁	レバー粥 豆腐と野菜の煮物 ツナと大根のコーンクリーム煮 かつおだし汁	おかゆ キャベツペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 豚レバー 豚肉 豆腐 キャベツ にんじん ツナ缶 だいこん クリームコーン だし汁 洋風だしの素 だし汁
	おやつ	さつまいも粥 りんご (スライス)			米 さつまいも りんご
9 (木)	昼食	そぼろあんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 みそ汁 (玉ねぎ・アーサ) バナナヨーグルト	そぼろあんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 みそ汁 (玉ねぎ・アーサ) バナナヨーグルト	おかゆ さつまいも・にんじんペースト バナナペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ ピーマン さつまいも にんじん こまつな たまねぎ あおさ だし汁 みそ バナナ ヨーグルト
	おやつ	野菜煮込みうどん みかん			うどん (小麦) ほうれんそう にんじん たまねぎ みかん缶
10 (金)	昼食	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 ほうれん草とにんじん煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 ほうれん草とにんじん煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚のコーンクリーム煮 ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ クリームコーン ほうれんそう にんじん だいこん だし汁 みそ
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) りんご (スライス)			米 わかめ りんご
11 (土)	昼食	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 かぼちゃの甘煮 そうめん汁	おかゆ 鶏肉と大根の煮物 かぼちゃの甘煮 そうめん汁	おかゆ 大根とにんじんのおろし煮 かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏肉 だいこん にんじん いんげん かぼちゃ そうめん だし汁 しょうゆ 塩
	おやつ	しらす粥 (にんじん) バナナ			米 しらす にんじん バナナ
13 (月)	昼食	おかゆ じゃがいもとなすのそぼろ煮 キャベツのツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいもとなすのそぼろ煮 キャベツサラダ 玉ねぎスープ	おかゆ 野菜ペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 じゃがいも なす たまねぎ にんじん トマト キャベツ きゅうり ツナ缶 たまねぎ だし汁 洋風だしの素
	おやつ	コーンリゾット りんご (スライス)			米 クリームコーン たまねぎ にんじん 洋風だしの素 塩 りんご
14 (火)	昼食	おかゆ 鶏肉と豆腐の煮物 白菜のやわらか煮 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 鶏肉と豆腐の煮物 白菜のやわらか煮 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 豆腐つぶし煮 白菜・にんじんペースト かつおだし汁	米 ささ身 豆腐 豚肉 はくさい にんじん いんげん たまねぎ だし汁 みそ
	おやつ	ひじき雑炊 みかん			米 ひじき にんじん みかん缶

※ 児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することがあります。



2022年 6月 離乳食 予定献立表

この花ナーサリ ・ この花KidsRoom



日付	時間帯	後期食 (9~11ヶ月頃)	中期食 (7~8ヶ月頃)	初期食 (5~6ヶ月頃)	主な材料
15 (水)	昼食	おかゆ 大根とツナの煮物 かぼちゃとブロッコリーのサラダ かつおだし汁	おかゆ 大根とツナの煮物 かぼちゃとブロッコリーのサラダ かつおだし汁	おかゆ 大根・青菜ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 ツナ缶 だいこん にんじん ほうれんそう かぼちゃ ブロッコリー だし汁 塩 だし汁
	おやつ	鶏雑炊 バナナ			米 鶏ひき肉 ほうれんそう にんじん バナナ
16 (木)	昼食	お誕生会 (お弁当)			
	おやつ	しらすとわかめの雑炊 りんご (スライス)			米 しらす干し わかめ りんご
17 (金)	昼食	野菜煮込みうどん さつま芋の甘煮 バナナ (スライス)	野菜煮込みうどん さつま芋の甘煮 バナナ (つぶし)	おかゆ キャベツペースト さつま芋ペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ささ身 キャベツ にんじん こまつな さつま芋も にんじん だし汁 バナナ だし汁
	おやつ	ひじき雑炊 ヨーグルト			米 ひじき にんじん ヨーグルト (乳)
18 (土)	昼食	おかゆ 魚と青菜の煮物 麩とキャベツの煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 魚と青菜の煮物 麩とキャベツの煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 魚と青菜のペースト キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング ほうれんそう 豚肉 麩 キャベツ にんじん とうがん だし汁 みそ
	おやつ	わかめ粥 りんご (おろし)			米 わかめ りんご
20 (月)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 かぼちゃとしらすの煮物 みそ汁 (豆腐・わかめ)	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 かぼちゃとしらすの煮物 みそ汁 (豆腐・わかめ)	おかゆ 大根の煮物 かぼちゃの甘煮 かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん だいこん にんじん かぼちゃ しらす干し 豆腐 わかめ だし汁 みそ
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			米 ほうれんそう にんじん バナナ
21 (火)	昼食	おかゆ 豆腐と青菜の煮物 じゃがいものトマト煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐と青菜の煮物 じゃがいものトマト煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 豆腐と青菜のペースト じゃがいも・トマトペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 豆腐 ほうれんそう にんじん じゃがいも トマト キャベツ だし汁 みそ
	おやつ	野菜煮込みうどん りんご (スライス)			うどん (小麦) ツナ缶 キャベツ にんじん りんご
22 (水)	昼食	おかゆ 白身魚の煮物 なすと大根のみそ煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚の煮物 なすとじゃがいものみそ煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚ペースト なす・じゃがいもペースト かつおだし汁	米 キング にんじん 豚肉 なす だいこん だし汁
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			米 ほうれんそう にんじん バナナ
24 (金)	昼食	おかゆ 豆腐の和風煮 かぼちゃと青菜煮 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐の和風煮 かぼちゃと青菜煮 みそ汁 (冬瓜)	おかゆ 豆腐つぶし煮 かぼちゃ・青菜ペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん いんげん かぼちゃ ほうれんそう とうがん だし汁 みそ
	おやつ	わかめ粥 バナナ			米 わかめ バナナ
25 (土)	昼食	おかゆ 白身魚のトマト煮 ひじきと野菜の炒め煮 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 白身魚のトマト煮 キャベツのだし煮 みそ汁 (だいこん)	おかゆ 白身魚とトマトのペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 キング トマト じゃがいも ひじき 豚肉 キャベツ にんじん だいこん だし汁 みそ
	おやつ	ツナ雑炊 りんご (スライス)			おかゆ ツナ缶 たまねぎ にんじん りんご
27 (月)	昼食	おかゆ マカロニと南瓜の豆乳煮 キャベツのトマト煮 冬瓜スープ	おかゆ マカロニと南瓜の豆乳煮 キャベツのトマト煮 冬瓜スープ	おかゆ かぼちゃペースト キャベツ・トマトペースト かつおだし汁	米 マカロニ かぼちゃ たまねぎ にんじん だし汁 豆乳 キャベツ にんじん トマト とうがん だし汁 洋風だし素
	おやつ	きなこトースト みかん			食パン マーガリン グラニュー糖 きな粉 みかん缶
28 (火)	昼食	おかゆ ササミと豆腐のいり煮 ほうれん草とにんじんの煮物 野菜スープ	おかゆ ササミと豆腐のいり煮 ほうれん草とにんじんの煮物 野菜スープ	おかゆ ほうれん草ペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 ささ身 ほうれんそう にんじん キャベツ たまねぎ
	おやつ	しらすとキャベツの雑炊 りんご (スライス)			米 しらす干し キャベツ りんご
29 (水)	昼食	納豆粥 白身魚と青菜の煮物 大根の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	納豆粥 白身魚と青菜の煮物 大根の煮物 みそ汁 (玉ねぎ・わかめ)	おかゆ 白身魚と青菜のペースト 大根・にんじんペースト	米 納豆 キング こまつな だいこん にんじん いんげん たまねぎ わかめ だし汁 みそ
	おやつ	にんじん粥 バナナ			米 にんじん バナナ
30 (木)	昼食	鶏雑炊 豆腐とブロッコリーのとろみ煮 野菜スープ りんご (スライス)	鶏雑炊 豆腐とブロッコリーのとろみ煮 野菜スープ りんごのおろし煮	おかゆ 豆腐とブロッコリーのつぶし煮 りんごのおろし煮 かつおだし汁	米 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん 豆腐 ブロッコリー にんじん キャベツ にんじん りんご
	おやつ	一口おにぎり (青のり) みかん			米 青のり粉 みかん缶