



# 2023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
01 (木)	昼食	おかゆ 大根のそぼろ煮 バナナのヨーグルト和え みそ汁 (じゃが芋)	おかゆ 大根のそぼろ煮 バナナのヨーグルト和え みそ汁 (じゃが芋)	おかゆ にんじんペースト じゃがいもペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 だいこん にんじん いんげん バナナ ヨーグルト じゃがいも
	おやつ	しらす粥 ゆで野菜 (にんじんスティック)			米 しらす干し あおのり にんじん
02 (金)	昼食	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 マカロニポテトの豆乳煮 みそ汁 (豆腐・ほうれん草)	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 マカロニポテトの豆乳煮 みそ汁 (豆腐・ほうれん草)	おかゆ ほうれん草ペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 キング ほうれんそう マカロニ じゃがいも キャベツ にんじん 豆乳 豆腐 ほうれんそう
	おやつ	野菜雑炊 バナナ			米 ほうれんそう にんじん バナナ
03 (土)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 キャベツとツナのコーン煮 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のみそ煮 キャベツとツナのコーン煮 かつおだし汁	おかゆ 豆腐つぶし煮 キャベツ・にんじんペースト	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん キャベツ ツナ缶 クリームコーン だし汁
	おやつ	ひじき雑炊 みかん		かつおだし汁	米 ひじき にんじん みかん缶
05 (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 白身魚とにんじんのペースト 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 ビーマン かぼちゃ きゅうり 豆腐 わかめ
	おやつ	青菜粥 りんご (おろし煮)			米 ほうれん草 りんご
06 (火)	昼食	おかゆ 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉のトマト煮 根菜の煮物 かつおだし汁	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 たまねぎ じゃがいも だいこん にんじん いんげん だし汁
	おやつ	一口おにぎり (わかめ) バナナ			米 わかめ バナナ
07 (水)	昼食	おかゆ 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	おかゆ 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
	おやつ	トマトスープ 食パン (一口カット)			トマト たまねぎ にんじん ビーマン 食パン
08 (木)	昼食	中華あんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 バナナのきなこ和え 玉ねぎスープ	中華あんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 つぶしバナナ 玉ねぎスープ	おかゆ さつまいもペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 はくさい にんじん たまねぎ さつまいも にんじん こまつな バナナ きなこ たまねぎ
	おやつ	ひじき粥 みかん			米 ひじき にんじん みかん缶
09 (金)	昼食	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 かぼちゃの甘煮 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 白身魚と豆腐の煮物 かぼちゃの甘煮 みそ汁 (玉ねぎ)	おかゆ 白身魚と豆腐のペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 キング 豆腐 にんじん かぼちゃ 鶏ひき肉 たまねぎ たまねぎ
	おやつ	コーン粥 ヨーグルト			米 クリームコーン ヨーグルト (乳)
10 (土)	昼食	煮込みうどん 鶏肉と大根の煮物 ゆでさつまいも	煮込みうどん 鶏肉と大根の煮物 さつまいもマッシュ	おかゆ ほうれん草ペースト さつまいもペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ささ身 片栗粉 にんじん ほうれんそう 鶏肉 だいこん にんじん いんげん さつまいも だし汁
	おやつ	にんじん粥 バナナ			米 にんじん バナナ
12 (月)	昼食	おかゆ 野菜とひき肉の煮物 豆腐と青菜のとろみ煮 わかめスープ	おかゆ 野菜とひき肉の煮物 豆腐と青菜のとろみ煮 わかめスープ	おかゆ キャベツペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	米 鶏ひき肉 キャベツ にんじん ビーマン 豆腐 ほうれんそう たまねぎ わかめ
	おやつ	トマトリゾット			米 トマト たまねぎ にんじん
13 (火)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの豆乳煮 白菜のやわらか煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とじゃがいもの豆乳煮 白菜のやわらか煮 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とじゃがいものペースト 白菜・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも クリームコーン 豆乳 ささ身 はくさい にんじん いんげん だし汁
	おやつ	一口おにぎり (あおのり) バナナ			米 青のり粉 バナナ
14 (水)	昼食	おかゆ 大根とツナの煮物 キャベツのトマト煮 かつおだし汁	おかゆ 大根とツナの煮物 キャベツのトマト煮 かつおだし汁	おかゆ ほうれん草ペースト キャベツ・トマトペースト かつおだし汁	米 ツナ缶 だいこん にんじん ほうれんそう キャベツ たまねぎ トマト だし汁
	おやつ	野菜雑炊 みかん			米 ほうれんそう にんじん みかん缶
15 (木)	昼食	☆ お誕生会 (お弁当) ☆			
	おやつ	ツナと野菜のみそ雑炊 りんご (おろし煮)			米 ツナ缶 ほうれんそう にんじん りんご



# 2023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
16 (金)	昼食	野菜煮込みうどん さつまいの甘煮 バナナ (スライス)	野菜煮込みうどん さつまいの甘煮 バナナ (つぶし)	おかゆ キャベツペースト さつまいペースト 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 さつまいも にんじん バナナ だし汁
	おやつ	ひじき雑炊 ゆで野菜 (にんじんスティック)			米 ひじき にんじん にんじん
17 (土)	昼食	おかゆ 魚と青菜の煮物 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 魚と青菜の煮物 キャベツのだし煮 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 魚と青菜のペースト 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 キャベツ にんじん 冬瓜
	おやつ	わかめ粥 みかん			米 わかめ みかん缶
19 (月)	昼食	おかゆ じゃがいものトマト煮 キャベツのツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいものトマト煮 キャベツのツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいも・ブロッコリーペースト キャベツペースト かつおだし汁	米 ささ身 じゃがいも ブロッコリー たまねぎ にんじん トマト キャベツ にんじん ツナ缶 たまねぎ
	おやつ	しらす粥 (青菜) バナナ			米 しらす ほうれん草 バナナ
20 (火)	昼食	おかゆ 豆腐と青菜の煮物 かぼちゃのクリームコーン煮 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 かぼちゃ クリームコーン キャベツ
	おやつ	わかめ粥 りんご (おろし煮)			米 わかめ りんご
21 (水)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚とポテトペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも いんげん ほうれんそう にんじん だいこん
	おやつ	一口おにぎり (しらす) ゆで野菜 (にんじんスティック)			米 しらす にんじん
22 (木)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のみそ煮 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐つぶし煮 にんじんペースト かつおだし汁	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ だいこん ほうれんそう だし汁
	おやつ	野菜煮込みうどん みかん			うどん (小麦) ツナ缶 キャベツ にんじん みかん缶
24 (土)	昼食	おかゆ 白身魚のトマト煮 さつまいとにんじんの煮物 野菜スープ	おかゆ 白身魚のトマト煮 さつまいとにんじんの煮物 野菜スープ	おかゆ 白身魚のトマトペースト さつまいペースト かつおだし汁	米 キング トマト たまねぎ さつまいも にんじん こまつな キャベツ にんじん
	おやつ	コーン粥 みかん			米 クリームコーン みかん缶
26 (月)	昼食	おかゆ 鶏肉とマカロニの豆乳煮 キャベツのツナ煮 冬瓜スープ	おかゆ 鶏肉とマカロニの豆乳煮 キャベツのツナ煮 冬瓜スープ	おかゆ ブロッコリーペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 マカロニ 鶏肉 たまねぎ ブロッコリー 豆乳 キャベツ にんじん ツナ缶 とうがん
	おやつ	一口おにぎり (しらす) みかん			米 しらす干し みかん缶
27 (火)	昼食	おかゆ ササミの肉団子とキャベツの煮物 ほうれん草とにんじんの煮物 玉ねぎスープ	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 玉ねぎスープ	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 ささ身 キャベツ ほうれんそう にんじん 玉ねぎ
	おやつ	しらすとキャベツのみそ雑炊 りんご (おろし煮)			おかゆ しらす干し キャベツ りんご
28 (水)	昼食	おかゆ 白身魚とにんじんの煮物 なすのみそ煮 ほうれん草スープ	おかゆ 白身魚とにんじんの煮物 なすのみそ煮 ほうれん草スープ	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 じゃがいも ピーマン ほうれん草
	おやつ	にんじん粥 バナナ			米 にんじん バナナ
29 (木)	昼食	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草と麩の煮物 みそ汁 (じゃがいも)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 ほうれん草と麩の煮物 みそ汁 (じゃがいも)	おかゆ にんじん豆腐 ほうれん草ペースト みそ汁 (じゃがいも)	米 豆腐 鶏ひき肉 たまねぎ 豚肉 麩 ほうれんそう にんじん じゃがいも
	おやつ	一口おにぎり (鮭) みかん			米 鮭 みかん缶
30 (金)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 ひじきと白菜の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 白菜の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ じゃがいも・ほうれん草ペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも ほうれんそう ひじき 豚肉 はくさい にんじん 豆腐
	おやつ	さつまいのきなこ和え バナナ			さつまいも きなこ バナナ

※ 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。