



# 2024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 (土)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜のとりみ煮 かぼちゃのそぼろあん みそ汁 (だいこん)	おかゆ 豆腐と野菜のとりみ煮 かぼちゃのそぼろあん みそ汁 (だいこん)	おかゆ にんじん豆腐 かぼちゃペースト かつおだし汁	米 豆腐 はくさい たまねぎ にんじん かぼちゃ 鶏ひき肉 だいこん
	おやつ	鶏雑炊			おかゆ 鶏ひき肉 こまつな にんじん
03 (月)	昼食	おかゆ 大根とツナの煮物 キャベツのトマト煮 みそ汁 (玉ねぎ) みかん	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 こまつなペースト 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 こまつな キャベツ たまねぎ トマト だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏)
	おやつ	にんじん粥			米 にんじん
04 (火)	昼食	おかゆ 鶏つくねの煮物 かぼちゃとブロッコリーの煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 かぼちゃとブロッコリーの煮物 みそ汁 (とうがん)	おかゆ ブロッコリーペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 豆腐 油 だし汁 たまねぎ かぼちゃ ブロッコリー とうがん
	おやつ	おにぎり (わかめ)			米 わかめ
05 (水)	昼食	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 根菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とじゃがいもの煮物 根菜の煮物 かつおだし汁	おかゆ じゃがいもペースト 大根ペースト かつおだし汁	米 キング じゃがいも にんじん だいこん にんじん いんげん だし汁
	おやつ	しらす粥			米 しらす干し
06 (木)	昼食	中華あんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 バナナのヨーグルトかけ 玉ねぎスープ	中華あんかけ丼 さつまいもと青菜の旨煮 バナナのヨーグルトかけ 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 ヨーグルト たまねぎ
	おやつ	煮込みうどん			うどん (小麦) 豚肉 ほうれんそう にんじん
07 (金)	昼食	おかゆ 鶏肉じゃが 豆腐と青菜のとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ 鶏肉じゃが 豆腐と青菜のとりみ煮 かつおだし汁	おかゆ じゃがいも・ほうれん草ペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん いんげん 豆腐 ほうれんそう だし汁
	おやつ	ミルクトースト			食パン 青汁用ミルク
08 (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 にんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	うどん (小麦) ツナ缶 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
10 (月)	昼食	おかゆ 野菜とひき肉の煮物 かぼちゃの甘煮 わかめスープ	おかゆ 野菜とひき肉の煮物 かぼちゃの甘煮 わかめスープ	おかゆ キャベツペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 キャベツ にんじん ビーマン かぼちゃ たまねぎ わかめ
	おやつ	食パン トマトスープ			食パン 鶏ひき肉 ホールトマト たまねぎ キャベツ にんじん だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏)
11 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のだし煮 みそ汁 (大根)	おかゆ 白身魚とにんじんのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ にんじん いんげん ほうれんそう にんじん だいこん
	おやつ	ひじき雑炊			米 ひじき にんじん
12 (水)	昼食	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 かつおだし汁 バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 大根の煮物 かつおだし汁 バナナ (つぶし)	おかゆ 大根・こまつなペースト にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん ほうれんそう だいこん こまつな ツナ缶 だし汁 バナナ
	おやつ	野菜煮込みうどん			うどん (小麦) ツナ缶 キャベツ にんじん ビーマン
13 (木)	昼食	おかゆ 豆腐と野菜の炒め煮 (レバー入り) ツナとじゃが芋のコーンクリーム煮 冬瓜スープ	おかゆ 豆腐と野菜の炒め煮 ツナとじゃが芋のコーンクリーム煮 冬瓜スープ	おかゆ キャベツペースト ポテトとほうれん草のペースト かつおだし汁	米 豚レバー 豆腐 キャベツ にんじん ビーマン ツナ缶 じゃがいも ほうれんそう クリームコーン だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏) とうがん
	おやつ	青菜粥			米 ほうれんそう
14 (金)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根の煮物 かつおだし汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃのペースト 大根・にんじんペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ 豚肉 だいこん にんじん いんげん だし汁
	おやつ	おにぎり (しらす)			米 しらす干し

※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。



# 2024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 (土)	昼食	おかゆ ササミ団子の煮物 野菜とツナの煮物 冬瓜スープ	おかゆ 豆腐のそぼろ煮 野菜とツナの煮物 冬瓜スープ	おかゆ 豆腐のつぶし煮 キャベツ・にんじんペースト 冬瓜スープ	米 ささ身 だし汁 片栗粉 塩 ツナ缶 キャベツ たまねぎ にんじん ビーマン とうがん
	おやつ	わかめ粥			米 わかめ
17 (月)	昼食	おかゆ じゃがいものトマト煮 ブロッコリーと豆腐のツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいものトマト煮 ブロッコリーと豆腐のツナ煮 玉ねぎスープ	おかゆ じゃがいも・トマトペースト ブロッコリーペースト かつおだし汁	米 鶏肉 じゃがいも たまねぎ にんじん トマト だし汁 コ ンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏) 豆腐 ツナ缶 ブロッコリー にんじん たまねぎ だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏)
	おやつ	しらす雑炊			米 しらす干し キャベツ にんじん
18 (火)	昼食	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 かぼちゃのクリームコーン煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 かぼちゃのクリームコーン煮 みそ汁 (キャベツ)	おかゆ ほうれん草ペースト かぼちゃペースト かつおだし汁	米 キング ほうれん草 にんじん かぼちゃ 鶏ひき肉 クリームコーン だし汁 コンソメ (小 麦・乳・牛・大豆・鶏) キャベツ
	おやつ	野菜煮込みうどん			うどん (小麦) 鶏ひき肉 キャベツ にんじん
19 (水)	昼食	そぼろあんかけ丼 さつま芋と野菜の旨煮 みそ汁 (豆腐) バナナ (スライス)	そぼろあんかけ丼 さつま芋と野菜の旨煮 みそ汁 (豆腐) バナナ (つぶし)	おかゆ にんじんペースト さつまいもペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 にんじん たまねぎ さつまいも にんじん こまつな 豆腐 バナナ
	おやつ	わかめ粥			米 わかめ
20 (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 ほうれん草 にんじん りんご
21 (金)	昼食	野菜煮込みうどん かぼちゃのそぼろ煮 バナナのヨーグルトかけ	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) ツナ缶 キャベツ にんじん こまつな かぼちゃ 鶏ひき肉 バナナ ヨーグルト
	おやつ	おにぎり (鮭)			米 さけ 塩
22 (土)	昼食	おかゆ 鶏肉のトマト煮 マッシュポテトサラダ キャベツスープ	おかゆ 鶏肉のトマト煮 マッシュポテトサラダ キャベツスープ	おかゆ 大根・トマトペースト ポテトペースト かつおだし汁	米 鶏肉 トマト だいこん たまねぎ だし汁 コンソメ (小 麦・乳・牛・大豆・鶏) じゃがいも にんじん きゅうり マヨネーズ (ノンエッグ) 塩 キャベツ だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・鶏)
	おやつ	野菜雑炊			おかゆ ほうれん草 にんじん
24 (月)	昼食	おかゆ 豆腐のみそ煮 大根とにんじんのコロコロ煮 かつおだし汁 バナナ (スライス)	おかゆ 豆腐のみそ煮 大根とにんじんの煮物 かつおだし汁 バナナ (つぶし)	おかゆ 豆腐のつぶし煮 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 にんじん だいこん にんじん だし汁 バナナ
	おやつ	おにぎり (わかめ)			米 わかめ
25 (火)	昼食	おかゆ 白身魚のトマト煮 ほうれん草と麩の煮物 みそ汁 (じゃがいも)	おかゆ 白身魚のトマト煮 ほうれん草と麩の煮物 みそ汁 (じゃがいも)	おかゆ 白身魚とポテトのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング たまねぎ トマト だし汁 コンソメ (小麦・乳・ 牛・大豆・鶏) 豚肉 麩 ほうれん草 にんじん じゃがいも
	おやつ	バナナ ヨーグルト			バナナ ヨーグルト (乳)
26 (水)	昼食	おかゆ 豚肉と大根の煮物 豆腐とササミ団子のとろみ煮 ほうれん草スープ	おかゆ 大根の煮物 豆腐のとろみ煮 ほうれん草スープ	おかゆ 大根・にんじんペースト 豆腐のつぶし煮 かつおだし汁	米 豚肉 だいこん にんじん ビーマン 豆腐 ささ身 だし汁 塩 片栗粉 ほうれん草 ほうれん草 だし汁
	おやつ	さつまいも粥			おかゆ さつまいも 塩
27 (木)	昼食	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 ひじきと白菜の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 白菜の煮物 ゆし豆腐汁	おかゆ 白身魚とかぼちゃのペースト ほうれん草ペースト かつおだし汁	米 キング かぼちゃ ほうれん草 ひじき 豚肉 はくさい にんじん 豆腐
	おやつ	煮込みうどん			うどん (小麦) 鶏ひき肉 にんじん こまつな
28 (金)	昼食	トマトスパゲティー 食パン キャベツのコーンクリーム煮 白菜スープ	トマトスパゲティー さつまいもマッシュ キャベツのコーンクリーム煮 白菜スープ	おかゆ ブロッコリーペースト さつまいもペースト かつおだし汁	スパゲティー (小麦) 鶏ひき肉 たまねぎ にんじん ブロッ コリー トマト だし汁 コンソメ (小麦・乳・牛・大豆・ 食パン キャベツ にんじん だし汁 クリームコーン コンソメ (小 麦・乳・牛・大豆・鶏) はくさい だし汁
	おやつ	おにぎり (しらす)			米 しらす干し
29 (土)	昼食	おかゆ 鶏ひき肉と豆腐のつくね煮 豚肉とキャベツの煮物 みそ汁 (もずく)	おかゆ 鶏ひき肉と豆腐の煮物 キャベツの煮物 かつおだし汁	おかゆ 豆腐のつぶし煮 キャベツ・にんじんペースト かつおだし汁	米 鶏ひき肉 豆腐 塩 片栗粉 油 たまねぎ 豚肉 キャベツ にんじん もずく
	おやつ	わかめ粥			米 わかめ

※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。



# まっくしよくだより

令和6年6月  
この花ナーサリ  
この花KidsRoom



梅雨に入り、気温も湿度も高い日が続いています。天気の変化も激しく、食欲も落ちて体調を崩しがちです。また、この時期から夏場にかけて、毎年食中毒の発生が多くなってきます。手洗い・うがいはもちろん、生活リズムを整え元気に梅雨の季節を乗り越えましょう。キッチンでも食中毒予防に努め、安全に食事が提供できるよう注意して調理することを心がけます。

## ～子どもの誤嚥・窒息に注意しよう～

ここのところ学校や保育施設等での誤嚥事故をよく耳にします。子どもは飲み込む機能や噛む力が未熟で、のどに食べ物が詰まりやすいです。誤嚥・窒息の危険から子どもたちを守るために、注意が必要な食材や誤嚥につながりやすい行動、対策などを頭に入れ、食べているときは目を離さずに見守りましょう。

### △ 注意が必要な食べ物 △

- ・弾力があるもの → ごんにゃく、きのこ、練り製品など
- ・なめらかなもの → 熟れた柿やメロン、豆類、ゼリーなど
- ・球形のもの → プチトマト、ぶどう、さくらんぼ、うずらの卵、キャンディーチーズ、あめ、ラムネなど
- ・粘着性が高いもの → もち、白玉団子、ごはんなど
- ・固いもの → かたまり肉、イカ、えびなど
- ・唾液を吸うもの → パン、ゆで卵、さつまいもなど
- ・ばらつきやすいもの → ひき肉、ブロッコリーなど

「教育・保育施設等における事故防止及び事故発生時の対応のためのガイドライン」より

### 誤嚥・窒息予防のために

- ・ながら食べをしない
- ・姿勢を整えて食べる
- ・水分を摂り、のどを潤してから食べる
- ・口の中に食べ物を入れたまま喋らない
- ・詰め込みすぎない

園の給食では、誤嚥のリスクがある食材は使用を検討し切り方を工夫して提供しています。球形のプチトマトやぶどう、キャンディーチーズ、ミニゼリー、粘着しやすいお餅や団子などは給食に出さないようにして誤嚥を未然に防いでいます。ご家庭でも誤嚥・窒息につながりやすい食材を使用する場合には十分に注意し、小さく切るなどの工夫をしていただきたいと思います。お誕生会や園外保育でお弁当を持たせる場合にも、のどに詰まらせないような食材の選定・配慮を改めてお願い致します。

