

令和 2年度 6月離乳食献立表

ごっくん期		もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ	ごっくん期		もぐもぐ期	かみかみ期	おやつ
名 前					名 前				
月 1 15 29	白身魚、じゃが芋、玉葱 絹さやの煮物 ほうれん草、人参の和え物 豆腐のスープ	肉じゃが(牛赤身入り) ほうれん草の和え物 豆腐の味噌汁		きな粉マカロニ	月 8 22	大豆、鶏ささみ、玉葱 人参のトマト煮 切干大根の含め煮 野菜スープ	大豆と鶏もも肉のトマト煮 切干大根の含め煮 吉野汁		とうもろこし 小魚
火 2 16 30	白身魚の野菜のあんかけ 野菜の和風和え 麩と葱のスープ	白身魚の野菜のあんかけ 野菜の和風和え 麩のすまし汁		のりじゃこトースト (スティックパンの カリカリ焼き)	火 9日 麺の日 9 23	具だくさんうどんのくたくた煮 茄子と鶏ささみ、玉葱、人参の炊き合せ 大根、さやいんげんのやわらか煮 ほうれん草のスープ	具だくさん煮込みうどん 茄子と豚肉の味噌炒め 大根、人参、さやいんげんの煮物 青菜の味噌汁		お好み焼き
水 3 17	野菜と鶏ささみのミルク煮 かぶと人参の和え物	野菜と鶏もも肉のクリーム煮 かぶとツナのサラダ		フルーツゼリー (ふわふわせんべい)	水 10 24	野菜と鶏ささみのミルク煮 グリーン和風サラダ	野菜と豚肉のクリーム煮 グリーン和風サラダ		10日 エイセイポーロ 24日 フルーツ入り ヨーグルト
木 4 18	鶏ささみと根菜、さやいんげん の煮物 ひじきと大豆の含め煮 キャベツと玉葱のスープ	筑前煮 ひじきと大豆の含め煮 キャベツの味噌汁		バナナ かみかみ昆布	木 11 25	鶏ささみと玉葱のあんかけ 小松菜、人参、大根のくたくた煮 豆腐のスープ	ミートローフ 小松菜のさっと煮 のっぺい汁		大学芋
金 5 19	焼鮭と小松菜の和え物 豆腐と人参のあんかけ 南瓜のスープ	鮭と小松菜の炒め物 炒り豆腐 南瓜の味噌汁		カルピスマフィン (パン粥)	金 12 26	赤魚と豆腐のくずし煮 南瓜の含め煮 かぶのスープ	赤魚の炊き合わせ 南瓜の含め煮 かぶの味噌汁		ふわふわせんべい
土 6 20	おうどんのくたくた煮	おうどんのやわらか煮			土 13 27	おうどんのくたくた煮	おうどんのやわらか煮		
弁 当 日 16日	鶏ささみ、玉葱、三つ葉入りお粥 白和え キャベツと人参のスープ	鶏肉、玉葱、三つ葉入りおじや 白和え キャベツ、人参、ゴボウの味噌汁		のりじゃこトースト (スティックパンの カリカリ焼き)	誕 生 日 19日	野菜入りお粥 鶏ささみのつぶしあんかけ ブロッコリーとコーンの和風あんかけ さつま芋とかぶのスープ	野菜入りおじや 鶏ささみのあんかけ ブロッコリーとツナコーン和風サラダ さつま芋とかぶのスープ		カルピスマフィン (パン粥)