

令和 7年度 6月離乳食献立表

	ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ		ごっくん期(初期)	もぐもぐ期(中期)	かみかみ期(後期)	ばくばく期(完了期)	おやつ
名前						名前					
前月						前月					
2月	10倍粥		炒り豆腐		のりじゃこ入りおにぎり	2月	10倍粥		鶏もも肉のソテー		豆乳くずもち
9日	豆腐・小松菜・人参・		小松菜のさっと煮			9日	豆腐・人参・玉葱・		切干大根の和風ツナサラダ		
16日	じゃが芋のペースト		じゃが芋の味噌汁			23日	ほうれん草のペースト		豆腐とチンゲン菜の味噌汁		
30日			ご飯		(牛乳)				ご飯		(牛乳)
火	10倍粥		八宝菜(いか・えび不使用)		キャベツのお焼き	火					りんごのマフィン
3日	豆腐・白菜・人参・		南瓜の含め煮			10日			10日: 麺の日		
⑰日	南瓜のペースト		豆腐とわかめの味噌汁		(牛乳)	24日			24日: お誕生会		(牛乳)
水	10倍粥		カレーライス		おせんべい	水	10倍粥		クリームシチュー		11日 おせんべい
4日	白身魚・じゃが芋・玉葱・		(28品目不使用ルウ使用)			11日	白身魚・キャベツ・人参・		ささみ入り和風サラダ		
18日	人参・ほうれん草のペースト		胡瓜とごぼうの和風サラダ			25日	じゃが芋・玉葱のペースト		ご飯		25日 フルーツ入り ヨーグルト
			ご飯								
木	10倍粥		鮭の塩焼き		具入りおにぎり	木	10倍粥		根菜と牛赤身肉のしぐれ煮		バナナ
5日	白身魚・キャベツ・人参・		ブロッコリー・人参・さつま芋の			12日	豆腐・人参・玉葱・		ほうれん草のおかか和え		
19日	さつま芋のペースト		柔らか煮		(牛乳)	26日	ほうれん草のペースト		キャベツと厚揚げの味噌汁		(牛乳)
			キャベツのスープ ご飯						ご飯		
金	10倍粥		茄子と豚肉の味噌炒め煮		じゃが芋のオープン焼き	金	10倍粥		鯖(白身魚)のおろし煮		キャロットケーキ
6日	豆腐・じゃが芋・玉葱・		ひじきと大豆の含め煮		そらまめ	13日	白身魚・大根・小松菜・		うの花		
20日	人参・ほうれん草のペースト		ほうれん草のすまし汁		(牛乳)	27日	さつま芋・人参のペースト		青菜のすまし汁		(牛乳)
			ご飯						ご飯		
土	10倍粥		たっぷり野菜のパスタ		パン	土	10倍粥		ジャージャー麺		パン
7日	野菜ペースト		(野菜の煮込みうどん)		(ふわふわせんべい)	14日	野菜ペースト		(野菜の煮込みうどん)		(ふわふわせんべい)
21日					(牛乳)	28日					(牛乳)
麺	10倍粥		野菜の煮込みうどん			弁	10倍粥		オムライス(ケチャップライス)		
の	野菜ペースト					当	小松菜・人参・玉葱・		小松菜とじゃこの炒め煮		
日						日	南瓜のペースト		豆乳南瓜スープ		
10日						17日					
※離乳食献立は主に給食献立内の食材を使用していますが、練り製品・こんにやくなどは使用しません。						誕	10倍粥		とうもろこしご飯		
また生姜やにんにくは12か月を過ぎた頃から風味付け程度に使用することがあります。						生	小松菜・人参・玉葱・		豚肉としその照り焼き		
※完了期(12か月)頃からカレールウも使用していきますが、つくし組さんではアレルギーを含まない乳児用のルウを使用します。						会	南瓜のペースト		南瓜の味噌汁		
※献立で使用する食材は、事前に一度ご家庭で少量からお試ください。						24日			トマトのサラダ / ミニゼリー		