

令和元年度 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10日 24日		白身魚(カレイ)と玉葱のあんかけ キャベツ、人参、しらすの和え物 豆腐のスープ	白身魚(カレイ)のカレー風味煮込み (アレルギーを含まないカレールー使用) じゃこサラダ 茄子の味噌汁	さつま芋入りマフィン (さつま芋のつぶし煮)	月3日 17日		鶏のささみと玉葱のくたくた煮 ほうれん草と人参の和え物 豆腐と青葱のスープ	ミートローフ ほうれん草と人参の和え物 豆腐と青葱の味噌汁	麩菓子
火11日		(麺の日) ほうれん草、人参、鶏ささみと おうどんくたくた煮	ほうれん草、人参、鶏ささみと おうどんのやわらか煮	ジャムサンド (パン粥)	火4日		白身魚(カレイ)のあんかけ 大豆、大根、人参のくたくた煮 キャベツのスープ	白身魚(カレイ)の煮つけ 野菜豆の含め煮 キャベツの味噌汁	お好み焼き (キャベツのおやき)
水12日 26日		じゃが芋、玉葱、人参、鶏ささみのミルク煮 南瓜、トマトの和え物	じゃが芋、玉葱、人参と豚赤身のクリーム煮 焼き南瓜の和え物	わらびもち (ふわふわせんべい)	水5日 19日		じゃが芋、玉葱、人参と 鶏ささみのミルク煮 ほうれん草と人参、ツナのくたくた煮	じゃが芋、玉葱、人参、 豚赤身のクリーム煮 ひじきとほうれん草の和風和え	バナナ入りヨーグルト
木13日 27日		鶏ささみ、焼き豆腐、玉葱、麩葱の煮物 小松菜と人参の和え物 オクラとなめこのスープ	牛赤身入りすき焼き風煮 (こんにゃく抜き) 小松菜と人参の和え物 オクラとなめこの味噌汁	バナナ、小魚	木6日 20日		豆腐と青葱、玉葱、人参のあんかけ もやしと胡瓜のやわらか煮 葱のスープ	マーボー豆腐 もやしと胡瓜、ツナの含め煮 わかめとえのき茸のスープ	南瓜のおやき (南瓜のつぶし煮)
金14日 28日		白身魚(カレイ)のくず煮 切干大根と人参ほうれん草の含め煮 白菜のスープ	白身魚(カレイ)のほぐし焼き 切干大根と人参、ほうれん草の含め煮 豚汁	スティックパンの カリカリ焼き (パン粥)	金7日 21日		鶏ささみのくず煮 胡瓜、人参、キャベツ もやしのくたくた煮	鶏むね肉のソテー 春雨、胡瓜、人参、キャベツ もやしの和え物 南瓜の味噌汁	ホットケーキ (パン粥)
土15日 29日					土8日 22日				
誕生日 25日		じゃこ入りお粥 鶏ささみのくたくた煮 オクラ、胡瓜の和え物 ほうれん草のスープ	じゃこ入りおじや 鶏もも肉の含め煮 オクラと胡瓜のおかか和え ほうれん草とえのき茸のすまし汁		弁当 日18日		鶏ささみ、さやえんどう、人参のくたくた煮 豆腐とほうれん草、人参のくず煮 麩のすまし汁	鶏ひき肉とさやえんどう、人参のやわらか煮 白和え(豆腐、ほうれん草、人参) 麩の味噌汁	お好み焼き (キャベツのおやき)



※8カ月頃までは昆布だしを使用します。9か月～昆布・鰹の混合だしを使用していきます。

※10カ月頃から徐々に薄味をつけていきます。

食べにくい食材は刻んで、徐々に薄味で普通給食を食べ始めていきます。  
軟飯からご飯へ徐々に進めていきます。