



令和6年度6月離乳食献立予定表

あゆみ保育園

給食 丹生 佳奈



色とりどりの紫陽花の花が美しく映える季節になりました。
 今月も発達に合わせて大きさや固さを工夫し、お子様の様子を見ながら楽しい食事の時間となるように離乳食を進めていきたいと思ひます。
 また、気温も上がり暑くなってくる時期なので水分補給にも十分注意してまいります。

日	曜日	初期 (1回食となります)	中期 (午後食はありません)		後期		
		メニューと食材	メニュー	食材	昼食	午後食	食材
1 15 29	土	10倍粥ペースト 人参ペースト	柔らか鶏のおかゆ 彩野菜の汁椀 だし汁 バナナ	精白米 玉ねぎ 鶏ほぐし身 人参 じゃが芋 さやいんげん バナナ	ツナと野菜の 炊き込みごはん 筑前煮 豆腐と若布の味噌汁 バナナ	鶏と根菜の 炊き込み ごはん	精白米 人参 ツナ缶 いんげん ごぼう 里芋 豆腐 若布 鶏肉 しいたけ バナナ キャベツ 大根 ピーマン ブロッコリー 鮭 ほうれん草
3	月	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレイのとろみ煮 キャベツのくったり煮 だし汁 バナナ	精白米 人参 玉ねぎ カレイ キャベツ 胡瓜 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 キャベツのくったり煮 いんげんともやしの味噌汁 バナナ	人参粥	精白米 人参 玉ねぎ カレイ キャベツ いんげん もやし 胡瓜 若布 バナナ
4	火	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	パン粥 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 南瓜 バナナ 豆腐	トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 キャベツのスープ バナナ	南瓜粥	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 南瓜 精白米 若布 バナナ 豆腐
5	水	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	うどん粥 鶏肉のとろみ煮 ブロッコリーと人参の出汁煮 だし汁 バナナ	うどん 鶏肉 ブロッコリー 人参 玉ねぎ バナナ	野菜うどん 鶏肉ときのこの和風煮 ブロッコリーと人参の出汁煮 もやしと小松菜のスープ バナナ	芋粥	うどん 鶏肉 ブロッコリー 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 じゃが芋 精白米 しめじ えのき バナナ
6 27	木	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレイのとろみ煮 じゃが芋の柔らか煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 豆腐 ほうれん草 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 じゃが芋ときのこの出汁煮 豆腐と野菜のくずし汁 バナナ	うどん粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 豆腐 うどん もやし 舞 茸 干し椎茸 ほうれん草 長ねぎ 椎茸 バナナ
7 28	金	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ さつま芋 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 青梗菜の味噌汁 バナナ	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 青梗菜 若布 もやし 干し椎茸 さつま芋 バナナ
8 22	土	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	さつま芋と南瓜のお粥 白身魚と野菜の洋風煮 込み だし汁 バナナ	精白米 人参 南瓜 鱈 豆乳 さつま芋 りんご 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー じゃが芋と若布の味噌汁 バナナ	鮭と根菜の 炊き込みご飯	精白米 鶏肉 鮭 玉ねぎ 人参 若布 南瓜 ブロッコリー じゃが芋 舞茸 ツナ バナナ 大根 ピーマン カリフラワー 牛蒡 キャベツ
10	月	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のとろみ煮 ほうれん草と南瓜の柔らか煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 ほうれん草 玉ねぎ 南瓜 キャベツ バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と南瓜の柔らか煮 野菜の中華スープ バナナ	さつま芋粥	精白米 鶏肉 人参 ほうれん草 玉ねぎ 南瓜 さつま芋 もやし しめじ キャベツ バナナ
11	火	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	うどん粥 鶏肉のとろみ煮 ほうれん草と人参の出汁煮 バナナ	うどん 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ バナナ	野菜うどん 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草と人参の出汁煮 バナナ	人参粥	うどん 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ 精白米 長ねぎ バナナ

日	曜日	初期 (1回食となります)		中期 (午後食はありません)		後期		
		メニューと食材		メニュー	食材	昼食	午後食	食材
12	水	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト		パン粥 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ ほうれん草 胡瓜 ブロッコリー キャベツ バナナ	トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 若布とえのきのスープ バナナ	うどん粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ 若布 えのき うどん ほうれん草 トマト 胡瓜 ブロッコリー キャベツ 干し椎茸 バナナ
13	木	10倍粥ペースト 人参ペースト		7倍粥 カレイのとろみ煮 ほうれん草の納豆煮 だし汁 デザート	精白米 カレイ ほうれん草 納豆 人参 玉ねぎ 大根 豆腐 バナナ	5倍粥 カレイの和風煮 ほうれん草の納豆煮 野菜の味噌汁 デザート	野菜粥	精白米 カレイ ほうれん草 納豆 人参 玉ねぎ 長ねぎ 大根 牛蒡 豆腐 バナナ 里芋
14	金	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 豆腐のとろみ煮 大根の出汁煮 だし汁 バナナ	精白米 豆腐 大根 人参 玉ねぎ キャベツ バナナ	5倍粥 豆腐のみそ煮 大根の出汁煮 野菜のすまし汁 バナナ	人参粥	精白米 豆腐 大根 人参 玉ねぎ キャベツ バナナ
17	月	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト		7倍粥 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 胡瓜 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 野菜のスープ バナナ	芋粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 胡瓜 バナナ
18	火	10倍粥ペースト 人参ペースト		うどん粥 豆腐のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	うどん 人参 玉ねぎ 豆腐 人参 ほうれん草 バナナ	野菜うどん 豆腐の甘辛煮 小松菜と人参の柔らか煮 バナナ	ほうれん草粥	うどん 人参 玉ねぎ 豆腐 小松菜 人参 ほうれん草 精白米 しめじ 長ねぎ バナナ
19	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		パン粥 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	食パン 人参 玉ねぎ ほうれん草 キャベツ バナナ 鶏肉	トースト ピーマンとツナの洋風煮 野菜煮 野菜スープ バナナ	うどん粥	食パン うどん ピーマン ツナ 人参 玉ねぎ 小松菜 ほうれん草 キャベツ バナナ 鶏肉
20	木	10倍粥ペースト 大根ペースト		7倍粥 カレイのとろみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 大根 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 ひじきと野菜の出汁煮 大根の味噌汁 デザート	野菜粥	精白米 カレイ ひじき 人参 玉ねぎ 大根 舞茸 もやし ピーマン バナナ
21	金	10倍粥ペースト 南瓜ペースト		7倍粥 豆腐のとろみ煮 野菜煮 だし汁 バナナ	精白米 人参 玉ねぎ 豆腐 南瓜 ほうれん草 キャベツ バナナ	5倍粥 豆腐の中華煮 野菜煮 南瓜の味噌汁 バナナ	うどん粥	精白米 うどん 人参 玉ねぎ 豆腐 南瓜 長ねぎ ほうれん草 しめじ えのき ピーマン キャベツ バナナ
24	月	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト		パン粥 鶏肉とじゃが芋のとろみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 バナナ	食パン 鶏肉 じゃが芋 ほうれん草 人参 玉ねぎ 精白米 胡瓜 キャベツ バナナ	トースト 鶏肉とじゃが芋のとろみ煮 ほうれん草のくったり煮 青梗菜と椎茸のスープ バナナ	ほうれん草粥	食パン 鶏肉 じゃが芋 ほうれん草 人参 玉ねぎ 青梗菜 椎茸 精白米 胡瓜 キャベツ バナナ
25	火	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト		7倍粥 カレイのとろみ煮 野菜の納豆煮 だし汁 バナナ	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 納豆 豆腐 キャベツ ほうれん草 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 野菜の納豆煮 なめこ豆腐の味噌汁 バナナ	人参粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 納豆 なめこ 豆腐 干し椎茸 ピーマン キャベツ もやし ほうれん草 バナナ
26	水	10倍粥ペースト 人参ペースト		うどん粥 鶏肉のとろみ煮 キャベツと胡瓜の柔らか煮 だし汁 バナナ	うどん 鶏肉 キャベツ 胡瓜 人参 玉ねぎ バナナ	野菜うどん 鶏肉の甘辛煮 キャベツと胡瓜の柔らか煮 バナナ	洋風粥	うどん 鶏肉 キャベツ 胡瓜 人参 玉ねぎ 精白米 干し椎茸 バナナ

※じゃが芋、ほうれん草、南瓜、ブロッコリーは常備菜として冷凍保管している為、
献立に記載されていない場合でも使用することがありますのでご了承ください。