

# H30年 6月の献立

離乳食

あゆみ幼稚園

日	曜日	朝のおやつ	お昼の献立	材料名	3時のおやつ	材料名
		(乳児)				
1	金	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/じゃが芋と玉葱のそぼろ煮 ほうれん草と人参の煮浸し 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/じゃが芋・玉葱・豚ミンチ ほうれん草・人参 豆腐/バナナ	大根粥 お茶	米・大根
2	土	紫芋チップ お茶	鶏肉と小松菜のおじや 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・鶏肉・小松菜 南瓜/りんご	人参粥 お茶	米・人参
4	月	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/鶏じゃが ブロッコリーと玉葱の煮物 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・じゃが芋・人参 ブロッコリー・玉葱 ほうれん草/りんご	ほうれん草粥 お茶	米・ほうれん草
5	火	紫芋チップ お茶	おかゆ/鮭とブロッコリーの蒸し煮 豆腐と人参の煮物 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/鮭・ブロッコリー・玉葱 豆腐・人参 じゃが芋/りんご	人参粥 お茶	米・人参
6	水	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/豚肉と玉葱の煮物 南瓜とキャベツの煮物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・玉葱・人参 南瓜・キャベツ 豆腐/バナナ	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
7	木	バナナ お茶	おかゆ/鯛と小松菜の煮付 さつま芋と人参の煮物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鯛・小松菜 さつま芋・人参 玉葱/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
8	金	紫芋チップ お茶	おかゆ/南瓜のそぼろあんかけ ほうれん草と玉葱の煮物 人参のみそ汁/フルーツ	米/南瓜・鶏ミンチ ほうれん草・玉葱 人参/バナナ	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
9	土	赤ちゃんせんべい お茶	豚肉と白菜のおじや 玉葱のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・白菜・人参 玉葱/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
11	月	紫芋チップ お茶	おかゆ/鮭とほうれん草の煮物 さつま芋と玉葱煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/鮭・ほうれん草 さつま芋・玉葱 人参/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
12	火	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/じゃが芋と人参のそぼろ煮 キャベツと玉葱の煮物 南瓜のみそ汁/フルーツ	米/じゃが芋・人参・豚ミンチ キャベツ・玉葱 南瓜/りんご	人参粥 お茶	米・人参
13	水	りんご お茶	おかゆ/鶏肉と小松菜の煮物 南瓜の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・小松菜 南瓜・玉葱 キャベツ/バナナ	芋粥 お茶	米・じゃが芋
14	木	紫芋チップ お茶	おかゆ/鯛と人参の煮付 さつま芋と小松菜煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鯛・人参・キャベツ さつま芋・小松菜 玉葱/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
15	金	さつま芋のマッシュ お茶	おかゆ/豚肉と玉葱の煮物 ほうれん草とじゃが芋煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・玉葱 ほうれん草・じゃが芋 人参/バナナ	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
16	土	赤ちゃんせんべい お茶	豚肉と野菜のおじや 南瓜のみそ汁/フルーツ	米・豚肉・玉葱・人参 南瓜/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
18	月	紫芋チップ お茶	おかゆ/鶏肉とじゃが芋の煮物 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・じゃが芋 ほうれん草・人参・玉葱 豆腐/りんご	人参粥 お茶	米・人参
19	火	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/鯛の人参ソースかけ ブロッコリーとさつま芋煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鯛・じゃが芋・人参 ブロッコリー・さつま芋 玉葱/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
20	水	りんご お茶	おかゆ/豆腐のそぼろあんかけ 南瓜とほうれん草煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・豚ミンチ 南瓜・ほうれん草・玉葱 人参/バナナ	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
21	木	紫芋チップ お茶	おかゆ/鮭と人参の煮物 さつま芋煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鮭・ほうれん草・人参 さつま芋 玉葱/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
22	金	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/鶏肉と南瓜煮 豆腐と人参煮 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・南瓜 豆腐・人参・玉葱 じゃが芋/バナナ	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
23	土	紫芋チップ お茶	豚肉と小松菜のおじや キャベツのみそ汁/フルーツ	米・豚肉・小松菜 キャベツ/りんご	人参粥 お茶	米・人参
25	月	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/鯛とブロッコリーの蒸し煮 じゃが芋と人参煮 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/鯛・ブロッコリー じゃが芋・人参・玉葱 ほうれん草/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
26	火	南瓜のマッシュ お茶	おかゆ/じゃが芋のそぼろあんかけ 大根とほうれん草煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/じゃが芋・鶏ミンチ 大根・人参・ほうれん草 豆腐/りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
27	水	りんご お茶	おかゆ/豚ミンチとさつま芋の煮物 人参と玉葱煮 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/豚ミンチ・さつま芋 人参・玉葱・小松菜 じゃが芋/バナナ	南瓜粥 お茶	米・南瓜
28	木	紫芋チップ お茶	おかゆ/鮭とブロッコリーの煮物 玉葱と南瓜煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鮭・ブロッコリー 玉葱・南瓜 キャベツ/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
29	金	赤ちゃんせんべい お茶	おかゆ/じゃが芋と玉葱のそぼろ煮 ほうれん草と人参煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/じゃが芋・玉葱・豚ミンチ ほうれん草・人参 豆腐/バナナ	人参粥 お茶	米・人参
30	土	紫芋チップ お茶	鶏肉とほうれん草のおじや 大根のみそ汁/フルーツ	米・鶏ミンチ・ほうれん草 大根・人参/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参

※ 主食の米は、微量栄養素(ビタミンB1・食物繊維・鉄など)をより多く摂取できるように、七分づき米を使用しています。

※ アレルギー児については除去食で対応しています。

※ 調味料は、出汁(昆布・鰹)砂糖・醤油・塩・片栗粉・味噌を使用しています。

※ 発達状況に応じて、食材の形状や味付けを変えています。

※ 延長保育には、赤ちゃんせんべい、フルーツなどの軽食を日替わりで提供しています。