

H29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	木	さつま芋のマッシュ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭と野菜煮 南瓜の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鮭・ほうれん草・人参 南瓜 キャベツ/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
2	金	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐のそぼろあんかけ ブロッコリーと人参煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・鶏ミンチ ブロッコリー・人参 玉葱/りんご	人参粥 お茶	米・人参
3	土	紫芋チップ	お茶	ささみと野菜粥 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米・鶏ささみ・人参・玉葱・小松菜 じゃが芋/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
5	月	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / カレイと野菜煮 さつま芋と玉葱煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・ほうれん草・人参 さつま芋・玉葱 キャベツ/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
6	火	紫芋チップ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉の蒸し煮 じゃが芋と小松菜煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ・人参 じゃが芋・小松菜 人参/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
7	水	バナナ	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐の野菜あんかけ 南瓜の煮物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・玉葱・人参 南瓜・ブロッコリー 玉葱/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
8	木	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏じゃが 小松菜の煮出し 大根のみそ汁/フルーツ	米/鶏肉・じゃが芋・玉葱・人参 小松菜・人参 大根/バナナ	豆腐粥 お茶	米・豆腐
9	金	紫芋チップ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭と野菜煮 さつま芋の甘煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鮭・白菜・玉葱・人参 さつま芋 豆腐/りんご	ほうれん草粥 お茶	米・ほうれん草
10	土	赤ちゃんせんべい	お茶	ささみと野菜粥 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米・鶏ささみ・玉葱・人参 ほうれん草/りんご	人参粥 お茶	米・人参
12	月	紫芋チップ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉の蒸し煮 さつま芋の煮物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ・ほうれん草・玉葱・人参 さつま芋 豆腐/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
13	火	りんご	お茶	軟飯(おかゆ) / 鯖と野菜煮 南瓜の甘煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鯖・玉葱・人参 南瓜 キャベツ/りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
14	水	南瓜のマッシュ	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐の野菜あんかけ ブロッコリーと人参煮 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・玉葱・ほうれん草 ブロッコリー・人参 じゃが芋/バナナ	人参粥 お茶	米・人参
15	木	さつま芋のマッシュ	お茶	軟飯(おかゆ) / カレイの煮付 南瓜の煮物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・ブロッコリー・人参 南瓜 玉葱/りんご	野菜粥 お茶	米・玉葱・人参
16	金	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉と野菜煮 ほうれん草と人参煮 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ・じゃが芋・玉葱 ほうれん草・人参 キャベツ/りんご	煮込みうどん お茶	うどん麺・キャベツ・人参
17	土	紫芋チップ	お茶	鮭と野菜粥 白菜のみそ汁/フルーツ	米・鮭・玉葱・人参 白菜/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
19	月	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / カレイの煮付 じゃが芋の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/カラスガレイ・玉葱・人参 じゃが芋 キャベツ/りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
20	火	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 南瓜のそぼろあんかけ ほうれん草と人参煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/南瓜・鶏ミンチ ほうれん草・人参 玉葱/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
21	水	紫芋チップ	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐と野菜煮 さつま芋の煮物 ほうれん草のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・ブロッコリー・人参 さつま芋 ほうれん草・人参/バナナ	人参粥 お茶	米・人参
22	木	じゃが芋のマッシュ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉のくす煮 三色煮 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ じゃが芋・人参・ほうれん草 玉葱/りんご	豆腐粥 お茶	米・豆腐
23	金	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 鯛の蒸し煮 じゃが芋とブロッコリーの煮物 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鯛・玉葱・人参 じゃが芋・ブロッコリー 豆腐/りんご	さつま芋粥 お茶	米・さつま芋
24	土	紫芋チップ	お茶	ささみ粥 キャベツのみそ汁/フルーツ	米・鶏ささみ・玉葱・人参 キャベツ/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
26	月	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 鶏肉とさつま芋の煮物 野菜のやわらか煮 人参のみそ汁/フルーツ	米/鶏ささみ・さつま芋 小松菜・玉葱・人参 人参/りんご	芋粥 お茶	米・じゃが芋
27	火	紫芋チップ	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐と野菜煮 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・ほうれん草・人参 南瓜・玉葱 じゃが芋/りんご	ブロッコリー粥 お茶	米・ブロッコリー
28	水	バナナ	お茶	軟飯(おかゆ) / 鮭と野菜煮 さつま芋の煮物 キャベツのみそ汁/フルーツ	米/鮭・白菜・人参 さつま芋・ブロッコリー キャベツ/りんご	南瓜粥 お茶	米・南瓜
29	木	さつま芋のマッシュ	お茶	軟飯(おかゆ) / 豆腐のそぼろあんかけ 野菜の煮物 玉葱のみそ汁/フルーツ	米/豆腐・鶏ミンチ 南瓜・ブロッコリー・人参 玉葱/りんご	バナナ 赤ちゃんせんべい お茶	バナナ 赤ちゃんせんべい
30	金	赤ちゃんせんべい	お茶	軟飯(おかゆ) / 鯛と野菜煮 大根と小松菜煮 豆腐のみそ汁/フルーツ	米/鯛・玉葱・人参 大根・小松菜 豆腐/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、五分づき米を使用しています。
 ※ アレルギー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用意しています。