

令和元年6月離乳食献立表 No. 1



日付	曜	初期食
5 19	金	①粥ペースト ②人参ポタージュ ③胡瓜マッシュ ③きゃべつマッシュ
6 20	土	①粥ペースト ②きゃべつポタージュ ③じゃがいもマッシュ ③玉葱マッシュ
8 22	月	①粥ペースト ②さつまいもポタージュ ③人参マッシュ ③白菜マッシュ
9 23	火	①粥ペースト ②南瓜ポタージュ ③胡瓜マッシュ ③大根マッシュ
10 24	水	①粥ペースト ②人参ポタージュ ③じゃが芋マッシュ ③ほうれん草マッシュ
11 25	木	①粥ペースト ②白菜ポタージュ ③きゃべつマッシュ ③玉葱マッシュ
12 26	金	①粥ペースト ②チンゲン菜ポタージュ ③じゃが芋マッシュ ③人参マッシュ
13 27	土	①粥ペースト ②人参ポタージュ ③小松菜マッシュ ③胡瓜マッシュ
1 15/29	月	①粥ペースト ②白菜ポタージュ ③人参マッシュ ③南瓜マッシュ
2 16/30	火	①粥ペースト ②大根ポタージュ ③玉葱マッシュ ③人参マッシュ
3	水	①粥ペースト ②人参ポタージュ ③南瓜マッシュ ③きゃべつマッシュ
4 18	木	①粥ペースト ②玉葱ポタージュ ③きゃべつマッシュ ③南瓜マッシュ
17 ☆	水	①粥ペースト ②人参ポタージュ ③きゃべつマッシュ ③胡瓜マッシュ

☆材料の都合により献立を変更することがあります

城山保育園



日付	曜	午 前 食			
		中期初期食	中期後期食	後 期 食	
5	19	金	①7倍がゆ ②人参スープ ③豆腐とひき肉煮 ④胡瓜煮	①5倍がゆ ②人参スープ ③豆腐とひき肉煮 ④胡瓜煮	①3倍がゆ ②人参スープ ③豆腐とひき肉煮 ④胡瓜煮
6	20	土	①にゅうめん (キャベツ) ③ひき肉とじゃが芋煮 ④玉ねぎ煮	①にゅうめん (キャベツ) ③ひき肉とじゃが芋煮 ④玉ねぎ煮	①にゅうめん (キャベツ) ③ひき肉とじゃが芋炒め煮 ④玉ねぎ煮
8	22	月	①7倍がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①5倍がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①3倍がゆ ②さつま芋のみそ汁 ③白身魚の照り煮④白菜と人参炒め煮
9	23	火	①7倍がゆ ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮	①5倍がゆ ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮	①3倍がゆ ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮
10	24	水	①7倍がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ほうれん草と玉ねぎ煮	①5倍がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ほうれん草と玉ねぎ煮	①3倍がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ほうれん草と玉ねぎ煮
11	25	木	①7倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③ひき肉と玉葱煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①5倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③ひき肉と玉葱煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①3倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③ひき肉と玉葱炒め煮 ④胡瓜とキャベツ煮
12	26	金	①7倍がゆ ②チンゲン菜のスープ ③白身魚みそ煮 ④じゃが芋と人参煮	①5倍がゆ ②チンゲン菜のスープ ③白身魚みそ煮 ④じゃが芋と人参煮	①3倍がゆ ②チンゲンのスープ ③白身魚のみそ焼煮 ④じゃが芋と人参煮
13	27	土	①煮込みうどん (人参) ④大豆と胡瓜煮 ④-2小松菜煮	①煮込みうどん (大根) ④大豆と胡瓜煮 ④-2小松菜煮	①煮込みうどん (大根) ④胡瓜煮 ④-2小松菜煮
1	15/29	月	①7倍がゆ ②白菜スープ ③ささ身あん ④小松菜と人参煮	①5倍がゆ ②白菜スープ ③ささ身あん ④小松菜と人参煮	①3倍がゆ ②白菜スープ ③ささ身あん ④小松菜と人参煮
2	16/30	火	①7倍がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉と玉葱煮 ④人参煮	①5倍がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉と玉葱煮 ④人参煮	①3倍がゆ ②大根のみそ汁 ③鶏ひき肉と玉葱炒め煮 ④人参煮
3	17	水	①にゅうめん (鶏ひき肉・人参) ④南瓜煮 ④キャベツ煮	①にゅうめん (鶏ひき肉・人参) ④南瓜煮 ④キャベツ煮	①にゅうめん (鶏ひき肉・人参) ④南瓜煮 ④キャベツ煮
4	/	木	①7倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①5倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①3倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③白身魚パン粉やき ④胡瓜とキャベツ煮
18		木	①7倍がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮	①5倍がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮	①3倍がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮



日付	曜	午後食			
		中期初期食	中期後期食	後期食	
5	19	金	①3倍がゆ ②かぶのスープ ③ささ身とピーマン煮 ④じゃが芋煮	①5倍がゆ ②かぶのスープ ③ささ身とピーマン煮 ④じゃが芋煮	①3倍がゆ ②かぶのスープ ③ささ身とピーマンソテー煮 ④じゃが芋煮
6	20	土	①3倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参とキャベツ煮	①5倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③白身魚煮 ④人参とキャベツ煮	①3倍がゆ ②白菜のみそ汁 ③白身魚の照り焼き煮 ④人参とキャベツ煮
8	22	月	①3倍がゆ ②もやしスープ ③ひき肉とキャベツ煮④さつま芋煮	①5倍がゆ ②もやしスープ ③ひき肉とキャベツ煮 ④さつま芋煮	①3倍がゆ ②もやしスープ ③ひき肉とキャベツ煮 ④さつま芋煮
9	23	火	①煮込みうどん（キャベツ・人参） ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④里芋煮	①煮込みうどん（キャベツ・人参） ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④里芋煮	①煮込みうどん（キャベツ人参） ③鶏ひき肉と玉ねぎ煮 ④里芋煮
10	24	水	①3倍がゆ ②人参のスープ ③白身魚煮 ④小松菜ともやし煮	①5倍がゆ ②人参のスープ ③白身魚煮 ④小松菜ともやし煮	①3倍がゆ ②人参のスープ ③白身魚煮 ④小松菜ともやし煮
11	25	木	①3倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐と小松菜煮 ④南瓜煮	①5倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐と小松菜煮 ④南瓜煮	①3倍がゆ ②玉ねぎのみそ汁 ③豆腐と小松菜炒め煮 ④南瓜煮
12	26	金	①3倍がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜と人参煮	①5倍がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜と人参煮	①3倍がゆ ②もやしのみそ汁 ③ささみあん ④チンゲン菜と人参の炒め煮
13	27	土	①3倍がゆ ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮	①5倍がゆ ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮	①3倍がゆ ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮
1	15/29	月	①にゅうめん（白菜） ③しらすとじゃが芋煮 ④もやし煮	①にゅうめん（白菜） ③しらすとじゃが芋煮 ④もやし煮	①にゅうめん（白菜） ③しらすとじゃが芋炒め ④もやし煮
2	16/30	火	①3倍がゆ ②玉葱のスープ ③白身魚煮 ④小松菜と人参煮	①5倍がゆ ②玉葱のスープ ③白身魚煮 ④小松菜と人参煮	①3倍がゆ ②玉葱のスープ ③白身魚煮 ④小松菜と人参煮
3	17	水	①3倍がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参とささ身煮 ④ピーマンとコーン煮	①5倍がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参とささ身煮 ④ピーマンとコーン煮	①3倍がゆ ②じゃが芋のみそ汁 ③人参とささ身煮 ④ピーマンとコーン煮
4	18	木	①3倍がゆ ②麩のスープ ③豆腐あんかけ ④さつま芋煮	①5倍がゆ ②麩のスープ ③豆腐あんかけ ④さつま芋煮	①3倍がゆ ②麩のスープ ③豆腐あんかけ ④さつま芋煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります



# 令和元年6月 完了食献立表



日付	曜	午前おやつ	午前食	午後食	主な材料		
					熱や力になるもの	血や肉になるもの	体の調子を整えるもの
5	19	金	⑥牛乳 ①麻婆ひじき丼(軟飯) ②清汁(春雨・みつば) ④海鮮サラダ ⑤フルーツ	①ピザトースト ②かぶのスープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米 食パン	豚挽き肉・牛乳 チーズ・豆腐 味噌・ツナ いか・エビ	長葱・ひじき 人参 えのき・玉ねぎ 胡瓜・ピーマン
6	20	土	⑥牛乳 ①ちゃんぽんにゅうめん ③じゃが芋のカレーソテー ⑤フルーツ	①ぶかしいも ②白菜スープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	そうめん さつま芋 じゃが芋	ベーコン 豚肉 牛乳	人参・にら キャベツ もやし・玉葱
8	22	月	①マンナ ①軟飯 ②みそ汁(さつま芋・玉葱) ③鱈の蒲焼き ④白菜のおかか炒め ⑤フルーツ	①ほうれん草蒸しパン ②もやしのみそ汁 ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米 さつま芋 蒸しパンミックス	鱈・牛乳 鯉節 チーズ 味噌	白菜・玉ねぎ もやし ピーマン ほうれん草
9	23	火	⑥牛乳 ①大豆とひき肉カレー(軟飯) ②スープ(キャベツ・えのき) ④切干大根のサラダ ⑤フルーツ	①りんごケーキ ②キャベツと人参スープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・ヨーグルト 小麦粉・バター じゃが芋 油	大豆・卵 ツナフレーク 豚挽き肉 牛乳	人参・玉ねぎ キャベツ・えのき 切干大根・胡瓜 りんご
10	24	水	①クラッカー ①レーズンパン ②オーロラシチュー ④ウィンナーソテー ⑤フルーツ	①鮭おにぎり(軟飯) ②人参のみそ汁 ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・油 レーズンパン じゃが芋 ホワイトソース	鶏肉 鮭 牛乳 ウィンナー	人参・玉ねぎ キャベツ ピーマン
11	25	木	⑥牛乳 ①ふわふわ丼(軟飯) ②みそ汁(長ネギ・わかめ) ④キャベツのツナサラダ ⑤フルーツ	①五目やきそば ②玉ねぎのみそ汁 ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米 中華麺 アレルギーマヨネーズ	豚肉・卵 ツナ 味噌・鶏肉 牛乳	人参・コーン わかめ・長ねぎ キャベツ・胡瓜 椎茸・白菜
12	26	金	①ビスケット ①わかめごはん(軟飯) ②みそ汁(チンゲン菜・玉ねぎ) ③鱈の照り焼き ④紅白煮 ⑤フルーツ	①チーズ蒸しパン ②もやしスープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・油 小麦粉・バター じゃが芋	粉チーズ 鱈 牛乳 味噌	チンゲン菜 人参 玉ねぎ
13	27	土	⑥牛乳 ①五目うどん ④お豆サラダ ⑤フルーツ	①豚にらチャーハン(軟飯) ②大根スープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米 乾うどん アレルギーマヨネーズ	大豆・豚肉 ツナ 牛乳	大根・人参 長ねぎ・白菜 きゅうり 椎茸
1	15/29	月	①クラッカー ①軟飯 ②清汁(白菜・わかめ) ③鶏肉のごま味噌焼き ④小松菜の千草和え ⑤フルーツ	①ゼリー ②白菜のみそ汁 ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・油 しらたき	鶏肉・油揚げ 牛乳	椎茸・白菜 小松菜・もやし みかん・もち 人参・りんご
2	16/30	火	⑥りんごジュース ①軟飯 ②みそ汁(大根・みつば) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④冷やしトマト ⑤フルーツ	①フルーツサンド ②玉ねぎのみそ汁 ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・油 ロールパン	豚肉 味噌 生クリーム 牛乳	大根・みつば 人参・玉ねぎ ピーマン・みかん トマト
3	/	水	①ビスケット ①ミートソーススパゲティ ②スープ(キャベツ・コーン) ④南瓜サラダ ⑤フルーツ	①じゃが芋餅 ②麩のスープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	スパゲティ・油 米 アレルギーマヨネーズ	豚ひき肉 牛乳 じゃこ・ベーコン	人参・玉ねぎ ピーマン コーン 南瓜・胡瓜
4	18	木	①ヨーグルト ①軟飯 ②豚汁 ③鮭のムニエル ④コールスローサラダ ⑤フルーツ	①じゃが芋餅 ②麩のスープ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米・油 じゃが芋 パン粉・小麦粉 里芋	鮭・牛乳 豆腐・豚肉 味噌	人参・大根 キャベツ コーン・長ねぎ あさつき

## ★お誕生日会★

17		水	⑥牛乳 ①チャーハン(軟飯) ②中華スープ ③鶏の照り焼き ④マカロニサラダ ④ミニトマト ⑤フルーツ	①誕生日ケーキ ⑥牛乳 ⑤フルーツ	米 マカロニ アレルギーマヨネーズ	鶏肉 豚肉 卵・牛乳	椎茸・長葱 わかめ えのき・胡瓜 人参・ミニトマト
----	--	---	---	-------------------------	-------------------------	------------------	------------------------------------