


令和3年6月離乳午前食献立表 No. 2


日付	曜	午前食		
		中期前半食	中期後半食	後期食
1 15/29	火	①5分がゆ ②大根スープ ③ささ身あん ④玉ねぎと人参煮	①全がゆ ②大根スープ ③ささ身あん ④玉ねぎと人参煮	①軟飯 ②大根スープ ③ささ身あん ④玉ねぎと人参煮
2 16/30	水	①にゅうめん(人参) ④南瓜とひき肉あん ④キャベツ煮	①にゅうめん(人参) ④南瓜とひき肉あん ④キャベツ煮	①にゅうめん(人参) ④南瓜とひき肉あん ④キャベツ煮
3 17	木	①5分がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②玉ねぎのみぞ汁 ③白身魚煮 ④胡瓜とキャベツ煮
4	金	①5分がゆ ②みつばスープ ③豆腐とひき肉あん ④胡瓜煮	①全がゆ ②みつばスープ ③豆腐とひき肉あん ④胡瓜煮	①軟飯 ②みつばスープ ③豆腐とひき肉あん ④胡瓜煮
5 19	土	①にゅうめん(キャベツ) ③玉ねぎとしらす煮 ④じゃが芋煮	①にゅうめん(キャベツ) ③玉ねぎとしらす煮 ④じゃが芋煮	①にゅうめん(キャベツ) ③玉ねぎとしらす煮 ④じゃが芋煮
7 21	月	①5分がゆ ②さつま芋のみぞ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①全がゆ ②さつま芋のみぞ汁 ③白身魚煮 ④白菜と人参煮	①軟飯 ②さつま芋のみぞ汁 ③白身魚の照り焼き ④白菜と人参炒め
8 22	火	①5分がゆ ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮	①全がゆ ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮	①軟飯 ②キャベツのスープ ③大豆煮 ④胡瓜ともやし煮
9 23	水	①5分がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ピーマンと玉ねぎ煮	①全がゆ ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ピーマンと玉ねぎ煮	①軟飯 ②人参のスープ ③しらすとじゃが芋煮 ④ピーマンと玉ねぎ煮
10 24	木	①5分がゆ ②白菜のみぞ汁 ③豆腐煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②白菜のみぞ汁 ③豆腐煮 ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②白菜のみぞ汁 ③豆腐煮 ④胡瓜とキャベツ煮
11 25	金	①5分がゆ ②チングン菜のスープ ③白身魚煮 ④じゃが芋と人参煮	①全がゆ ②チングン菜のスープ ③白身魚煮 ④じゃが芋と人参煮	①軟飯 ②チングン菜のスープ ③白身魚の唐揚げ ④じゃが芋と人参煮
12 26	土	①煮込みうどん(人参) ②大豆と胡瓜煮 ④小松菜煮	①煮込みうどん(大根) ②大豆と胡瓜煮 ④小松菜煮	①煮込みうどん(大根) ②大豆と胡瓜煮 ④小松菜煮
14 28	月	①5分がゆ ②白菜のみぞ汁 ③ささみあん ④小松菜ともやし	①全がゆ ②白菜のみぞ汁 ③ささみあん ④小松菜ともやし	①軟飯 ②白菜のみぞ汁 ③ささみあん ④小松菜ともやし

18	木	①5分がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮	①全がゆ ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮	①軟飯 ②人参スープ ③ささみあん ④胡瓜とキャベツ煮
----	---	----------------------------------	---------------------------------	--------------------------------

☆材料の都合により献立を変更することがあります


令和3年6月離乳午後食献立表 No. 3


日付	曜	午後食		
		中期前半食	中期後半食	後期食
1 16/29	火	①5分がゆ ②玉ねぎのスープ ③大根とひき肉あん ④小松菜ともやし	①全がゆ ②玉ねぎのスープ ③大根とひき肉あん ④小松菜ともやし	①軟飯 ②玉めぎのスープ ③大根とひき肉あん ④小松菜ともやし
2 16/30	水	①5分がゆ ②じゃが芋のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ピーマンとコーン煮	①全がゆ ②じゃが芋のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ピーマンとコーン煮	①軟飯 ②じゃが芋のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ピーマンとコーン煮
3 17	木	①5分がゆ ②麩のスープ ③豆腐煮 ④さつま芋煮	①全がゆ ②麩のスープ ③豆腐煮 ④さつま芋煮	①軟飯 ②麩のスープ ③豆腐煮 ④さつま芋煮
4 18	金	①5分がゆ ②かぶのスープ ③ささ身あん ④じゃが芋とピーマン煮	①全がゆ ②かぶのスープ ③ささ身あん ④じゃが芋とピーマン煮	①軟飯 ②かぶのスープ ③ささ身あん ④じゃが芋とピーマン煮
5 19	土	①5分がゆ ②白菜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ほうれん草と人参煮	①全がゆ ②白菜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ほうれん草と人参煮	①軟飯 ②白菜のみぞ汁 ③白身魚煮 ④ほうれん草と人参煮
7 21	月	①5分がゆ ②ちやしスープ ③キャベツとひき肉あん ④さつま芋煮	①全がゆ ②ちやしスープ ③キャベツとひき肉あん ④さつま芋煮	①軟飯 ②ちやしスープ ③キャベツとひき肉あん ④さつま芋煮
8 22	火	①煮込みうどん(人参) ③しらすと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①煮込みうどん(人参) ③しらすと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮	①煮込みうどん(人参) ③しらすと玉ねぎ煮 ④じゃが芋煮
9 23	水	①5分がゆ ②人参のスープ ③白身魚煮 ④小松菜ともやし	①全がゆ ②人参のスープ ③白身魚煮 ④小松菜ともやし	①軟飯 ②人参のスープ ③白身魚の照り焼き ④小松菜ともやし
10 24	木	①5分がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③しらすと小松菜煮 ④南瓜煮	①全がゆ ②玉ねぎのみぞ汁 ③しらすと小松菜煮 ④南瓜煮	①軟飯 ②玉ねぎのみぞ汁 ③しらすと小松菜炒め ④南瓜煮
11 25	金	①5分がゆ ②もやしのみぞ汁 ③ささみあん ④チングン菜とキャベツ煮	①全がゆ ②もやしのみぞ汁 ③ささみあん ④チングン菜とキャベツ煮	①軟飯 ②もやしのみぞ汁 ③ささみあん ④チングン菜とキャベツの炒め
12 26	土	①5分がゆ ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮	①全がゆ ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮	①軟飯 ②大根のスープ ③豆腐と人参煮 ④胡瓜煮
14 28	月	①にゅうめん(しらす・白菜) ③じゃが芋とコーン煮 ④人参煮	①にゅうめん(しらす・白菜) ③じゃが芋とコーン煮 ④人参煮	①にゅうめん(しらす・白菜) ③じゃが芋とコーン煮 ④人参煮

☆材料の都合により献立を変更することがあります

令和3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		
						熟や力になるもの	血や肉になるもの	体の弱子を整えるもの
1	15/29	火	⑥牛乳	①ご飯 ②みそ汁(大根・みつば) ③豚肉とピーマンの炒め物 ④トマト ⑤フルーツ	①フルーツサンド ②玉ねぎスープ ③牛乳 ④フルーツ ★15・29ホットケーキ	米・油 ロールパン	豚肉・牛乳 味噌 生クリーム	大根・みつば 人参・玉ねぎ ピーマン・みかん トマト
2	16/30	水	①マンナ	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	①五目ごはん ②じゃが芋のみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ	スパゲティ・油 米 エッグケア	豚肉 牛乳	人参・玉ねぎ ピーマン・キャベツ コーン・レーズン 南瓜・胡瓜
3	17	木	⑥牛乳	①ご飯 ②豚汁 ③千種焼き ④コールスローサラダ ⑤フルーツ	①南瓜プリン ②麸のスープ ③牛乳 ④フルーツ	米・油 じゃが芋 片栗粉・里いも プリンの素	卵 豆腐・豚肉 味噌	人参・大根 キャベツ コーン・長ねぎ あさつき・南瓜
4		金	⑥牛乳	①麻婆豆腐丼 ②清汁(春雨・みつば) ④海藻サラダ ⑤フルーツ	①あんマーガリンパン ②かぶのスープ ③牛乳 ④フルーツ	米・春雨 食パン マーガリン こしあん	豚肉・豆腐 味噌・ツナ	長葱・ひじき 人参 えのき・玉ねぎ 胡瓜・ピーマン・みつば
5	19	土	①クラッカー	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大学芋 ②白菜のみそ汁 ③りんごジュース ⑤フルーツ	そうめん さつま芋 じゃが芋 油・ごま	ツナ 豚肉	人参・にら キャベツ もやし・玉ねぎ
7	21	月	①クラッcker	①ご飯 ②みそ汁(さつま芋・玉ねぎ) ③鰯の蒲焼き 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もやしスープ ③牛乳 ④フルーツ	米 さつま芋 蒸しパンミックス 小麦粉	鰯・牛乳 鰯節 チーズ 味噌	白菜・玉ねぎ もやし ピーマン ほうれん草
8	22	火	⑥牛乳	①大豆とひき肉カレー ②スープ(キャベツ・えのき) ④ひじきサラダ ⑤フルーツ	①りんごケーキ ②人参スープ ③牛乳 ④フルーツ	米・ヨーグルト 小麦粉・バター じゃが芋 油	大豆 ツナ 豚肉 牛乳	人参・玉ねぎ キャベツ・えのき 胡瓜・ひじき レタス・りんご
9	23	水	①クラッcker	①レーズンパン ②オーロラシチュー ④ワインソテー ⑤フルーツ	①9日鮭おにぎり 23日ガパオライス ②人参スープ ③フルーツ④牛乳	米・油・ごま レーズンパン じゃが芋 ホワイトソース	鶏肉 鮭 牛乳 ウインナー	人参・玉ねぎ キャベツ ピーマン
10	24	木	⑥牛乳	①ふわふわ丼 ②みそ汁(長ねぎ・わかめ) ④キャベツとツナのサラダ ⑤フルーツ	①五目やきそば ②玉ねぎのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ	米 中華麺 麸 油・エッグケア	鶏肉・豚肉・卵 ツナ・豆腐 味噌 牛乳	人参・コーン わかめ・長ねぎ キャベツ・胡瓜 椎茸・白菜・にら
11	25	金	①ビスケット	①わかめごはん ②みそ汁(チングン菜・玉ねぎ) ③鰯の竜田揚げ ④紅白煮 ⑤フルーツ	①チーズクッキー ②もやしのみそ汁 ③牛乳 ④フルーツ	米・油 小麦粉・バター じゃが芋 片栗粉・ごま	チーズ 鰯 牛乳 味噌	チングン菜 人参 玉ねぎ わかめご飯の素
12	26	土	①クラッcker	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 ②大根のスープ ③りんごジュース ⑤フルーツ	米・油 乾うどん エッグケア	大豆・豚肉 ツナ 味噌 牛乳	大根・人参 長ねぎ・白菜 きゅうり 椎茸
14	28	月	①クラッcker	①ご飯 ②清汁(白菜・わかめ) ③鮭のごま味噌焼き ④小松菜の千草和え ⑤フルーツ	①フルーツゼリー ②白菜スープ ③牛乳 ④フルーツ	米・油 しらたき ごま イナガター	鮭・油揚げ 牛乳 味噌	白菜・わかめ 小松菜・もやし みかん・もも缶 人参・りんご

★お楽しみメニュー★

18		金	⑥牛乳	①チャーハン ②中華スープ ③油淋鶏 ④マカロニサラダ ⑤フルーツ	①ケーキ ②牛乳 ③フルーツ	米・ケーキ 片栗粉 マカロニ 油・エッグケア	鶏肉	椎茸・長ねぎ 玉ねぎ えのき・胡瓜 人参・わかめ
----	---	---	-----	--	----------------------	---------------------------------	----	-----------------------------------

材料の都合により献立を変更する場合がございます。ご了承ください。