

2021年度 6月 離乳食予定献立表

		1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)			1回食(5・6か月)	2回食(7～9か月)
1 15 29	午前	重湯→7倍がゆ タラ すり流し じゃが芋 にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ タラ野菜煮 じゃが芋煮 みそ汁	8 22	午前	重湯→7倍がゆ タラ すり流し じゃがいも にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ タラと玉ねぎの煮物 じゃが芋煮 みそ汁
	(火) 午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ		(火) 午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
2 16 30	午前	重湯→7倍がゆ うらごし豆腐 かぶ ブロッコリー 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	9 23	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし ブロッコリー かぶ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 野菜スープ
	(水) 午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		(水) 午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
3 17	午前	重湯→7倍がゆ タラすり流し かぼちゃ にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ タラ野菜煮 かぼちゃ煮 野菜スープ	10 24	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し かぼちゃ にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	(木) 午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ		(木) 午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
4 18	午前	重湯→7倍がゆ 裏ごし豆腐 かぶ じゃがいも 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 かぶ煮 すまし汁	11 25	午前	重湯→7倍がゆ タラ すり流し ブロッコリー じゃが芋 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁
	(金) 午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ		(金) 午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ
5 19	午前	重湯→7倍がゆ たら すり流し かぼちゃ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ たらじゃがいも煮 かぼちゃ煮 野菜スープ	12 26	午前	重湯→7倍がゆ しらすすり流し かぼちゃ きゃべつ 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ しらすきゃべつ煮 かぼちゃ煮 みそ汁
	(土) 午後		7倍がゆ→全がゆ 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ		(土) 午後		7倍がゆ→全がゆ おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ
7 21	午前	重湯→7倍がゆ 豆腐裏ごし さつまいも にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 さつまいも煮 野菜スープ	14 28	午前	重湯→7倍がゆ タラすり流し ブロッコリー にんじん 野菜スープ	7倍がゆ→全がゆ タラ野菜煮 ブロッコリー煮 みそ汁
	(月) 午後		7倍がゆ→全がゆ しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ		(月) 午後		7倍がゆ→全がゆ 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ

\*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、  
たら—北海道産、さわら—富山県産、  
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産  
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。  
☆午後食には野菜スープがつきます。

2021年度 6月 離乳食予定献立表

		3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)			3回食(10~12か月)	完了前期食(13~15か月)
1 15 29  (火)	午前	全がゆ→軟飯 タラ 野菜あんかけ じゃがいも煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 タンドリーチキン ココロサラダ	8 22  (火)	午前	全がゆ→軟飯 タラの玉ねぎソース マッシュポテト みそ汁	軟飯 みそ汁 あじの玉ねぎソース マッシュポテト おくらトマトのナムル
	午後	みそおにぎり しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	ごへいもち きなこ棒 くだもの		午後	おにぎり おふ 野菜煮 くだもの 野菜スープ	おはぎ 煮豆 くだもの
2 16 30  (水)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐 そぼろあんかけ ブロッコリー煮 野菜スープ	マーボー豆腐丼 春雨サラダ ワンタンスープ	9 23  (水)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐野菜あんかけ ブロッコリー煮 コーンスープ	まめカレー マカロニサラダ コーンスープ
	午後	トースト 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	あじさい寒 クラッカー くだもの		午後	パン 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	バナナケーキ ポップコーン くだもの
3 17  (木)	午前	全がゆ→軟飯 タラのみそ野菜あん ひじき茶巾 みそ汁	軟飯 みそ汁 さわらの香味焼き ひじき煮 おくらポン酢あえ	10 24  (木)	午前	全がゆ→軟飯 しらすのみそ野菜あんかけ かぼちゃ煮 みそ汁	わかめ軟飯 みそ汁 鶏肉と野菜のみそ炒め かぼちゃの甘煮 小松菜の納豆和え
	午後	青のりおにぎり おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	大豆としらすの おにぎり せんべい くだもの		午後	パン おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	フルーツヨーグルト ごまラスク
4 18  (金)	午前	全がゆ→軟飯 じゃが芋のそぼろ煮 かぶ煮 すまし汁	軟飯 すまし汁 肉じゃが かぶと小松菜のおひたし	11 25  (金)	午前	全がゆ→軟飯 タラとかぶの煮物 ブロッコリー煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 ふわふわ揚げ ごまサラダ
	午後	トースト しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	メープルサンド クラッカー くだもの		午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	こぎつねおにぎり きなこ棒 くだもの
5 19  (土)	午前	みそ煮込みうどん かぼちゃ煮 野菜スープ	ジャージャーうどん キャベツのごま和え チンゲン菜のスープ	12 26  (土)	午前	全がゆ→軟飯 しらすぎゃべつあん かぼちゃ煮 みそ汁	鶏肉の炊き込みごはん じゃこと青菜の炒め物 みそ汁
	午後	おにぎり 納豆野菜煮 くだもの 野菜スープ	焼きおにぎり チーズ くだもの		午後	全がゆ→軟飯 おふ野菜煮 くだもの 野菜スープ	マカロニきなこ クラッカー くだもの
7 21  (月)	午前	全がゆ→軟飯 豆腐そぼろあんかけ さつまいも煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 豆腐つくね焼き 切干わかめツナサラダ	14 28  (月)	午前	全がゆ→軟飯 かじき みそ野菜あん ブロッコリー煮 みそ汁	軟飯 みそ汁 かじきの梅みそ焼き 小松菜海苔あえ
	午後	パン しらす野菜煮 くだもの 野菜スープ	ベーコンのスコーン レーズン くだもの		午後	パン 豆腐野菜煮 くだもの 野菜スープ	シュガートースト レーズン くだもの

\*離乳食に使用している食材 鮭—北海道産、  
たら—北海道産、さわら—富山県産、  
あじ—長崎県産、かじき—和歌山県産  
くだもの・野菜は東都生協のものを使用しています。

☆この他に野菜スティックがつきます。  
☆午後食には野菜スープがつきます。  
☆完了前期食には毎食牛乳(温)が付きます。