



2025年06月 離乳食献立表



		完了食	後期食	中期食
2日	昼食	御飯 豚肉とズッキーニのみそマヨ炒め(豚肉・ズッキーニ・玉ねぎ・しめじ・人参) チーズサラダ(キャベツ・きゅうり・人参・コーン・チーズ) スープ(豆腐・なす・ねぎ)	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(豆腐・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と野菜のとろとろ煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(豆腐・人参)
	午後	ピザトースト(食パン・ピーマン・玉ねぎ・チーズ) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
3日	昼食	御飯 つくね焼き(鶏ひき・豆腐・玉ねぎ) 白菜とツナのごま酢和え(白菜・人参) みそ汁(なす・玉ねぎ・えのき)	軟飯 つくね焼き(鶏ひき・豆腐・玉ねぎ) 白菜とツナ軟煮(白菜・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひきと豆腐のとろとろ煮 白菜の軟煮(白菜・人参) スープ(なす・玉ねぎ)
	午後	あじさいゼリー(ぶどう濃縮果汁・りんご濃縮果汁・粉寒天) クラッカー・牛乳	軟飯 スープ(大根・人参)	7倍粥 スープ(大根・人参)
4日	昼食	御飯 鮭のみりん焼き(ごま) キャベツとりんごのサラダ(キャベツ・りんご・きゅうり・チーズ) みそ汁(玉ねぎ・人参・わかめ)	軟飯 鮭の軟煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・チーズ) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひきととろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	うどんかゆんとう(うどん・きな粉) 牛乳	うどんの軟煮(きな粉) スープ(キャベツ・人参)	やわらかうどんの軟煮(きな粉) スープ(キャベツ・人参)
5日	昼食	御飯 肉豆腐(豚も肉・焼き豆腐・玉ねぎ・ねぎ・えのき) 大根サラダ(大根・人参・きゅうり・コーン) みそ汁(キャベツ・人参・油揚げ)	軟飯 肉豆腐の軟煮(豚ひき肉・豆腐・玉ねぎ) 大根と野菜の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ) 大根と野菜の軟煮(人参・きゅうり) スープ(キャベツ・人参)
	午後	クッキー(ココア抜き) 牛乳	ホットケーキ スープ(玉ねぎ・キャベツ)	パン粥 スープ(玉ねぎ・キャベツ)
6日	昼食	豚肉の甘みそ丼(御飯・豚肉・玉ねぎ・チンゲン菜・赤ピーマン) キャベツとちくわのごま酢和え(キャベツ・人参・ちくわ・ごま) 五目汁(大根・人参・ごぼう・ねぎ・油揚げ)	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・チンゲン菜) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(大根・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と野菜のとろとろ煮(玉ねぎ・チンゲン菜) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(大根・人参)
	午後	きな粉おはぎ 牛乳	軟飯 スープ(白菜・人参)	7倍粥 スープ(白菜・人参)
7日	昼食	カレーライス(豚肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参) フレンチサラダ(キャベツ・きゅうり・人参) オレンジ	軟飯 肉じゃがの軟煮(豚ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) バナナ	10倍粥 肉じゃがのとろとろ煮(鶏ひき肉・玉ねぎ・じゃがいも・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) バナナ
	午後	クラッカーサンド(りんごジャム) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・人参)	パン粥 スープ(キャベツ・人参)
9日	昼食	御飯 鶏肉のトマト煮(鶏肉・玉ねぎ・人参・ピーマン) コールスローサラダ(キャベツ・人参・コーン) 野菜スープ(玉ねぎ・小松菜・人参・しいたけ)	軟飯 鶏肉とトマトの軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)	7倍粥 鶏ひき肉とトマトのとろとろ煮 野菜のとろとろ煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・小松菜・人参)
	午後	ホットケーキ 牛乳	トースト スープ(玉ねぎ・人参)	パン粥 スープ(玉ねぎ・人参)
10日	昼食	肉みそうどん(豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・干しいたけ) 切干大根入り卵焼き(いんげん・卵・しらす干し・万能ねぎ) バナナ	煮込みうどん(豚ひき肉・玉ねぎ・人参) 卵焼き(しらす干し) バナナ	とろとろうどん(鶏ひき肉・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(だいこん・きゅうり) バナナ
	午後	おにぎり(さつまいも) 牛乳	軟飯 スープ(さつま芋・人参)	7倍粥 スープ(さつま芋・人参)
11日	昼食	御飯 さばの塩焼き ひじきの彩りサラダ(だいこん・ひじき・えだまめ・ごぼう・人参・コーン) みそ汁(玉ねぎ・人参・もやし・油揚げ)	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参) みそ汁(玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) みそ汁(玉ねぎ・人参)
	午後	炒めビーフン(豚肉・玉ねぎ・人参・ピーマン・しいたけ) 牛乳	うどんのやわらか煮(人参) スープ(人参・大根)	うどんのとろとろ煮(人参) スープ(人参・大根)

		完了食	後期食	中期食
12日	昼食	御飯 厚揚げのケチャップ煮(生揚げ・豚ひき肉・玉ねぎ・コーン・じゃが芋) 水菜のサラダ(水菜・ハム・キャベツ・人参) みそ汁(大根・油揚げ・ねぎ)	軟飯 豚ひき肉のトマト煮(玉ねぎ・豆腐・じゃが芋) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(大根・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のトマト煮(玉ねぎ・豆腐・じゃが芋) 野菜の軟煮(人参・キャベツ) スープ(大根・人参)
	午後	きんぴらおにぎり(ごぼう・人参) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)
13日	昼食	御飯 鶏のから揚げ 切干大根のサラダ(切干大根・きゅうり・人参・ちくわ) けんちん汁(豆腐・油揚げ・大根・人参・ねぎ)	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・きゅうり・人参) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	バナナマフィン(ホットケーキ粉・バナナ) 牛乳	バナナホットケーキ スープ(大根・人参)	バナナパン粥 スープ(大根・人参)
14日	昼食	ブルコギ丼(御飯・豚肉・玉ねぎ・人参・ニラ) 豆腐のスープ(豆腐・チンゲン菜・ねぎ・わかめ) バナナ	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・チンゲン菜) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(豆腐・チンゲン菜) バナナ
	午後	おにぎり(ツナ) 牛乳	軟飯 スープ(ツナ・人参)	7倍粥 スープ(ツナ・人参)
16日	昼食	御飯 豚の生姜焼き(豚肉・玉ねぎ・人参) ズッキーニのチーズ焼き(ズッキーニ・チーズ・玉ねぎ・トマト・コーン) みそ汁(豆腐・小松菜・ねぎ・油あげ)	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・トマト) スープ(豆腐・小松菜)	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・トマト) スープ(豆腐・小松菜)
	午後	おにぎり(塩昆布) 牛乳	軟飯 スープ(人参・小松菜)	7倍粥 スープ(人参・小松菜)
17日	昼食	御飯 かれいの西京焼き 小松菜のソテー(小松菜・玉ねぎ・もやし・しめじ・人参) みそ汁(焼き麩・えのきたけ・ねぎ)	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(麩・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(麩・人参)
	午後	スコーン(いちごジャム) 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
18日	昼食	野菜たっぷりビビンバ丼(御飯・豚ひき肉・切干大根・人参・もやし・小松菜) はるさめサラダ(はるさめ・もやし・きゅうり・人参) わかめスープ(わかめ・コーン・ねぎ)	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(大根・人参・小松菜) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(人参・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(大根・人参・小松菜) 野菜の軟煮(きゅうり・人参) スープ(人参・玉ねぎ)
	午後	揚げパン(グラニュー糖) 牛乳	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
19日	昼食	ツナカレー(御飯・ツナ・トマト缶・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ・じゃが芋) カミカミサラダ(茹で大豆・チーズ・きゅうり・人参・大根) バナナ	軟飯 ツナと野菜の軟煮(トマト・玉ねぎ・じゃが芋) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) バナナ	7倍粥 ツナと野菜の軟煮(トマト・玉ねぎ・じゃが芋) 野菜の軟煮(きゅうり・人参・大根) バナナ
	午後	ヨーグルトケーキ 牛乳	ホットケーキ スープ(人参・大根)	パン粥 スープ(人参・大根)
20日	昼食	御飯 豆腐のミートローフ(豆腐・豚ひき肉・玉ねぎ) 納豆和え(小松菜・納豆・人参・切干大根・コーン) みそ汁(人参・しいたけ・キャベツ)	軟飯 豆腐のつくね焼き(豆腐・鶏ひき肉・玉ねぎ) 野菜の軟煮(小松菜・人参・大根) スープ(人参・キャベツ)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐のとろとろ煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(小松菜・人参・大根) スープ(人参・キャベツ)
	午後	じゃがりこ風(じゃが芋・人参・粉チーズ)(バセリ抜き) 牛乳	軟飯 スープ(じゃが芋・人参)	7倍粥 スープ(じゃが芋・人参)
21日	昼食	チャーハン(御飯・豚ひき肉・玉ねぎ・人参・ピーマン) もやしスープ(もやし・にら・人参) バナナ	軟飯 豚ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(大根・人参) バナナ	7倍粥 鶏ひき肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(大根・人参) バナナ
	午後	りんごゼリー・ハイハイ 牛乳	トースト スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)

		完了食	後期食	中期食
23日	昼食	御飯 厚揚げと豚肉の煮物(厚揚げ・豚肉・玉ねぎ) ほうれん草のごま和え(ほうれん草・人参) みそ汁(キャベツ・えのき・玉ねぎ)	軟飯 豚ひき肉と豆腐の煮物(玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐の煮物(玉ねぎ) 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ)
	午後	フルーツポンチ(バナナ・パイナップル・みかん・粉寒天) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
24日	昼食	御飯 さわらのみそ照り焼き キャベツとトマトのサラダ(キャベツ・トマト・きゅうり・コーン) 豆腐のすまし汁(豆腐・ほうれん草・えのき・人参)	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・トマト・きゅうり) スープ(豆腐・ほうれん草・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・トマト・きゅうり) スープ(豆腐・ほうれん草・人参)
	午後	ナポリタン(スパゲッティ・ハム・ピーマン・玉ねぎ・人参) 牛乳	やわらかトマトスパゲッティ(スパゲッティ・トマト・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・ほうれん草)	やわらかトマト煮込みうどん(うどん・トマト・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・ほうれん草)
25日	昼食	御飯 ハンバーグ(豚ひき肉・鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) きのこのバターしょうゆ炒め(しめじ・エリンギ・しいたけ・玉ねぎ・人参・コーン) みそ汁(大根・玉ねぎ・ほうれん草)	軟飯 ハンバーグ(豚ひき肉・鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(大根・玉ねぎ・ほうれん草)	7倍粥 鶏ひき肉軟煮(玉ねぎ) 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(大根・玉ねぎ・ほうれん草)
	午後	豆腐のホットケーキ(豆腐・ホットケーキ粉) 牛乳	豆腐のホットケーキ(豆腐・ホットケーキ粉) スープ(大根・人参)	パン粥 スープ(大根・人参)
26日	昼食	御飯 中華風卵焼き(卵・ニラ・干しいたけ・ねぎ・人参) じゃが芋のそぼろ煮(じゃが芋・人参・鶏ひき肉) 中華スープ(えのき・しめじ・玉ねぎ・人参)	軟飯 卵焼き(卵・人参) じゃが芋のそぼろ煮(じゃが芋・人参・鶏ひき肉) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮(人参) じゃが芋のそぼろ煮(じゃが芋・人参・鶏ひき肉) スープ(玉ねぎ・人参)
	午後	サンドイッチ(食パン・ツナ・キャベツ・玉ねぎ) 牛乳	トースト スープ(キャベツ・玉ねぎ)	パン粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)
27日	昼食	御飯 鶏肉のバーベキューソース マカロニサラダ(マカロニ・きゅうり・人参・玉ねぎ) みそ汁(豆腐・わかめ・ねぎ)	軟飯 鶏肉の照り焼き マカロニと野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(豆腐・人参)	7倍粥 鶏ひき肉の軟煮 マカロニと野菜の軟煮(きゅうり・人参・玉ねぎ) スープ(豆腐・人参)
	午後	チーズ蒸しパン 牛乳	チーズ蒸しパン スープ(人参・玉ねぎ)	パン粥 スープ(人参・玉ねぎ)
28日	昼食	焼きそば(焼きそばめん・豚肉・もやし・キャベツ・人参・玉ねぎ) 中華スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) バナナ	やわらか煮込み焼きそば(焼きそばめん・豚ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) バナナ	やわらか煮込みうどん(うどん・鶏ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) バナナ
	午後	おにぎり(わかめ) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 スープ(キャベツ・人参)
30日	昼食	御飯 ジャージャン豆腐(豚ひき肉・生揚げ・たけのこ・人参・ピーマン) もやしの中華和え(もやし・小松菜・人参) みそ汁(キャベツ・玉ねぎ・人参・油揚げ)	軟飯 豚ひき肉と豆腐の野菜煮(人参) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)	7倍粥 鶏ひき肉と豆腐の野菜煮(人参) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・玉ねぎ・人参)
	午後	おにぎり(鶏ひき肉・たけのこ・人参・干しいたけ) 牛乳	軟飯 スープ(キャベツ・玉ねぎ)	7倍粥 スープ(キャベツ・玉ねぎ)

※野菜スティックが毎日つきます。

※中期食の鶏ひき肉は鶏ささみのひき肉、後期食の豚ひき肉は赤身を使用しています。

※離乳食チェック表をご確認いただき、御家庭で食べていない食材は食べすすめる様をお願いします。

※完了食に移行する場合には、献立表を確認し、食べてないものは食べるようにお願いします。

※おやつは1食にはなりませんので中期食の場合は朝、または夕食は御家庭で。
後期食・完了食は朝・夕食は御家庭で食べて下さい。