2025年6月　離乳食献立表

白岡みちのこ保育園

		完了食	後期食	中期食	初期食
02(月)	昼食	御飯 豚肉のしょうが焼き キャベツとちくわの和え物 みそ汁	軟飯 豚肉のやわらか煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	全粥 豆腐と野菜のやわらか煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・チンゲン菜・人参) スープ
	午後	トースト(ツナマヨ) 牛乳	トースト 麦茶	パン粥 麦茶	
03(火)	昼食	味噌煮込みうどん 切干大根入り卵焼き バナナ	煮込みうどん(鶏肉・玉ねぎ・人参・小松菜) スティック人参 バナナ	煮込みうどん(鶏肉・玉ねぎ・人参・小松菜) スティック人参 バナナ	煮込みうどん(しらす・玉ねぎ・人参・小松菜) スープ バナナ
	午後	きな粉おはぎ(もち米なし) 牛乳	きな粉軟飯 麦茶	きな粉粥 麦茶	
04(水)	昼食	御飯 ジャージャン豆腐(筍・オイスター抜き) マカロニサラダ みそ汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) マカロニと野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(なす・人参)	全粥 鶏ひき肉の軟煮(玉ねぎ・人参) マカロニと野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(なす・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後	揚げいももち 牛乳	じゃが芋の軟煮 麦茶	じゃが芋の軟煮 麦茶	
05(木)	昼食	御飯 さわらのみりん焼き 田舎煮 みそ汁	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	全粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・小松菜・人参) スープ
	午後	ベーコンチーズパン 牛乳	ホットケーキ(チーズ) 麦茶	パン粥 麦茶	
06(金)	昼食	御飯 鶏肉と玉ねぎのカレー炒め ズッキーニのチーズ焼き コンソメスープ	軟飯 鶏肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 スープ(キャベツ・人参)	全粥 鶏肉と野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) さつま芋の軟煮 スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(さつま芋・キャベツ・人参) スープ
	午後	セサミクッキー 牛乳	セサミクッキー 麦茶	パン粥 麦茶	
07(土)	昼食	チャーハン さつま芋の煮物 もやしスープ バナナ	軟飯 鶏そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) さつま芋の煮物 スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 鶏そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) さつま芋の煮物 スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすの軟煮(さつま芋・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	パンケーキ 牛乳	パンケーキ 麦茶	パン粥 麦茶	
09(月)	昼食	御飯 鶏肉のバーベキューソース コールスローサラダ みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 鶏ひき肉のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ
	午後	炒めビーフン(おやつ) 牛乳	カラフル軟飯(玉ねぎ・人参) 麦茶	カラフル粥(玉ねぎ・人参) 麦茶	
10(火)	昼食	わかめ御飯 ひき肉とチーズの卵焼き 五目煮豆 みそ汁	軟飯 卵焼き(豚肉・玉ねぎ・チーズ) 煮豆(大豆・大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐のとろとろ煮 煮豆(大豆・大根・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・大根・人参) スープ
	午後	シュガートースト 牛乳	シュガートースト 麦茶	パン粥 麦茶	
11(水)	昼食	カレーライス はるさめサラダ 中華スープ	軟飯 肉じゃが(豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	全粥 肉じゃが(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) スティック野菜(きゅうり・人参) スープ(チンゲン菜・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(じゃがいも・チンゲン菜・人参) スープ
	午後	あじさいゼリー 牛乳	バナナ 麦茶	バナナ 麦茶	
12(木)	昼食	御飯 マーボー豆腐 ほうれん草のツナ和え みそ汁	軟飯 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ほうれん草・キャベツ・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(ほうれん草・キャベツ・ツナ) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(ほうれん草・キャベツ・人参) スープ
	午後	芋ようかん 牛乳	さつま芋の軟煮 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	
13(金)	昼食	ツナピラフ かれいのチーズパン粉焼き(にんにく抜き) 小松菜のソテー ミルクスープ	軟飯 かれいのチーズパン粉焼き(にんにく抜き) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・人参)	全粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・小松菜・人参) スープ
	午後	人参おにぎり 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
14(土)	昼食	焼きそば 野菜スープ バナナ	うどんの軟煮(鶏ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) 野菜スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) バナナ	うどんの軟煮(鶏ひき肉・キャベツ・人参・玉ねぎ) 野菜スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参) バナナ	うどんの軟煮(しらす・キャベツ・人参・玉ねぎ) スープ バナナ
	午後	おにぎり(塩昆布) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	

※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です。

		完了食	後期食	中期食	初期食
16(月)	昼食	御飯 松風焼き 大根の煮物 みそ汁	軟飯 松風焼き 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	全粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・人参) スープ
	午後	ショートブレッド(ココア抜き) 牛乳	ショートブレッド(ココア抜き) 麦茶	パン粥 麦茶	
17(火)	昼食	御飯 豚肉のチャプチェ(オイスターソース抜き) わかめサラダ 中華スープ	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	全粥 鶏そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 しらすの軟煮 野菜の軟煮(キャベツ・チンゲン菜・人参) スープ
	午後	ジャーマンポテト 牛乳	じゃが芋の軟煮 麦茶	じゃが芋の軟煮 麦茶	
18(水)	昼食	天津飯 きのこのスープ すいか	軟飯 かれいの煮つけ スープ(玉ねぎ・人参) すいか	全粥 かれいのとろとろ煮 スープ(玉ねぎ・人参) すいか	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	いちごジャムサンド 牛乳	麦茶 トースト	パン粥 麦茶	
19(木)	昼食	御飯 さばのみそ焼き キャベツのごま和え すまし汁	軟飯 かれいの照り焼き 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	全粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・きゅうり・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・小松菜・人参) スープ
	午後	鬼まんじゅう 牛乳	さつま芋の軟煮 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	
20(金)	昼食	みそラーメン ごぼうサラダ フルーツヨーグルト	煮うどん(鶏ひき肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参) スティック野菜(大根・人参) バナナ	煮うどん(鶏ひき肉・ほうれん草・玉ねぎ・人参) スティック野菜(大根・人参) バナナ	煮うどん(しらす・ほうれん草・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	おにぎり(手作りゆかり) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
21(土)	昼食	チキンカレー わかめスープ りんごゼリー	軟飯 鶏そぼろの軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	全粥 鶏そぼろの軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ(玉ねぎ・人参) バナナ	7倍粥 しらすの軟煮(じゃが芋・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	ちんすこう 牛乳	ちんすこう 麦茶	パン粥 麦茶	
23(月)	昼食	御飯 豚肉とズッキーニのみそマヨ炒め もやしの中華風和え物 豆腐すまし汁	軟飯 豚肉の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・人参)	全粥 豆腐の軟煮(玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(小松菜・人参) スープ(キャベツ・人参)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・小松菜・人参) スープ
	午後	ミートマカロニ 牛乳	マカロニの軟煮(玉ねぎ・人参) 麦茶	マカロニの軟煮(玉ねぎ・人参) 麦茶	
24(火)	昼食	御飯 肉じゃが(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) コロコロチーズサラダ わかめスープ	軟飯 肉じゃが(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)	全粥 肉じゃが(鶏ひき肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参) 野菜の軟煮(大根・きゅうり) スープ(玉ねぎ・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・じゃが芋・人参) スープ
	午後	ラスク(きな粉) 牛乳	ラスク(きな粉) 麦茶	パン粥 麦茶	
25(水)	昼食	御飯 鶏肉のフリッター きのこのバター醤油炒め みそ汁	軟飯 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	全粥 鶏そぼろのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・玉ねぎ・人参) スープ(チンゲン菜・玉ねぎ・人参)	7倍粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(大根・チンゲン菜・人参) スープ
	午後	カエルクッキーケーキ(ココア抜き) 牛乳	カエルクッキーケーキ(ココア抜き) 麦茶	パン粥 麦茶	
26(木)	昼食	御飯 れんこんつくね照り焼き 切干し大根のごま和え みそ汁	軟飯 豆腐ハンバーグ(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ)	全粥 豆腐ハンバーグ(鶏ひき肉・豆腐・玉ねぎ) 野菜の軟煮(キャベツ・人参) スープ(小松菜・玉ねぎ)	7倍粥 豆腐のとろとろ煮 野菜の軟煮(キャベツ・小松菜・人参) スープ
	午後	芋けんぴ風 牛乳	芋けんぴ風 麦茶	さつま芋の軟煮 麦茶	
27(金)	昼食	御飯 たらの野菜あんかけ 白和え みそ汁	軟飯 たらの照り焼き 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	全粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ(なす・玉ねぎ)	7倍粥 かれいのとろとろ煮 野菜の軟煮(ほうれん草・人参) スープ
	午後	キャロットスコーン 牛乳	キャロットスコーン 麦茶	パン粥 麦茶	
28(土)	昼食	プルコギ丼 みそ汁 バナナ	軟飯 鶏そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参) バナナ	全粥 鶏そぼろの軟煮(玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参) バナナ	7倍粥 しらすの軟煮(キャベツ・玉ねぎ・人参) スープ バナナ
	午後	おにぎり(おかか) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	
30(月)	昼食	食パン 鶏肉のトマトソース 野菜炒め 野菜スープ	食パン 鶏肉の照り焼き 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参)	パン粥 鶏そぼろのとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・玉ねぎ・人参) スープ(キャベツ・人参)	パン粥 しらすのとろとろ煮 野菜の軟煮(小松菜・キャベツ・人参) スープ
	午後	おにぎり(菜飯) 牛乳	軟飯(人参) 麦茶	全粥(人参) 麦茶	