



# 6月の離乳後期献立表



ベビーころーれ 令和2年6月

月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
1 白身魚と野菜の 煮込みうどん ほうれん草のすまし汁	2 5倍がゆ しらすと野菜の煮物 もやしのみそ汁	3 5倍がゆ ササミと野菜の煮物 オニオンスープ	4 5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 大根のみそ汁	5 5倍がゆ 鶏ひき肉と野菜の煮物 わかめのみそ汁	6 5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物
スティックパン	スティックきゅうり	蒸しさつまいも	蒸しかぼちゃ	ヨーグルト	バナナ
うどん 昆布だし 白身魚 大根 じゃがいも にんじん ほうれん草 醤油 食パン	精白米 昆布だし しらす ほうれん草 たまねぎ コー ン もやし 味噌 きゅうり	精白米 昆布だし 鶏ササミ 小松菜 じゃがいも かぼ ちゃ たまねぎ 塩 さつまいも	精白米 絹豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん 大根 味噌 かぼちゃ	精白米 昆布だし 鶏ひき肉 ブロッコリー じゃがいも かぼちゃ わかめ 味噌 ヨーグルト 砂糖	精白米 昆布だし 白身魚 大根 たまねぎ にんじん バナナ
8 5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 小松菜のみそ汁	9 しらすと野菜の 煮込みうどん じゃがいものスープ	10 5倍がゆ ササミとひじきの煮物 かぼちゃスープ	11 5倍がゆ ツナと野菜の煮物 ブロッコリーのみそ汁	12 5倍がゆ 豚ひき肉と野菜の煮物 たまねぎのすまし汁	13 5倍がゆ しらすと野菜の煮物
スティックにんじん	スティックパン	蒸しさつまいも	蒸しかぼちゃ	蒸しじゃがいも	バナナ
精白米 昆布だし 白身魚 大根 じゃがいも にんじん 小松菜 味噌	うどん 昆布だし しらす ほうれん草 たまねぎ コー ン じゃがいも 塩 食パン	精白米 昆布だし 鶏ササミ 小松菜 じゃがいも ひじき かぼちゃ 塩 さつまいも	精白米 ツナ缶 キャベツ たまねぎ にんじん ブロッコリー 味噌 かぼちゃ	精白米 昆布だし 豚ひき肉 チンゲン菜 じゃがいも かぼちゃ たまねぎ 醤油	精白米 昆布だし 白身魚 ほうれん草 たまねぎ にんじん バナナ
15 白身魚と野菜の 煮込みうどん ほうれん草のみそ汁	16 5倍がゆ しらすと野菜の煮物 もやしのみそ汁	17 5倍がゆ ササミと野菜の煮物 キャベツスープ	18 5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 わかめとゴマのスープ	19 5倍がゆ 鶏ひき肉と 切干大根の煮物 かぼちゃのすまし汁	20 5倍がゆ ササミと野菜の煮物
蒸しかぼちゃ	スティックきゅうり	蒸しさつまいも	蒸しかぼちゃ	じゃが丸くん	バナナ
うどん 昆布だし 白身魚 大根 じゃがいも にんじん ほうれん草 味噌 かぼちゃ	精白米 昆布だし しらす ほうれん草 たまねぎ コー ン もやし 味噌 きゅうり	精白米 昆布だし 鶏ササミ 小松菜 じゃがいも かぼ ちゃ キャベツ 塩 さつまいも	精白米 絹豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん 大根 味噌 かぼちゃ	精白米 昆布だし 鶏ひき肉 ブロッコリー じゃがいも 切干大根 かぼちゃ かぼ ちゃ 醤油 焼きのり	精白米 昆布だし 白身魚 小松菜 たまねぎ にんじん バナナ
22 5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のすまし汁	23 しらすと野菜の 煮込みうどん じゃがいものみそ汁	24 5倍がゆ ササミと枝豆の煮物 大根のみそ汁	25 5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物 オニオンスープ	26 5倍がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 キャベツのすまし汁	27 5倍がゆ 豆腐と野菜の煮物
バナナヨーグルト	スティックパン	蒸しさつまいも	蒸しじゃがいも	スティックにんじん	バナナ
精白米 昆布だし 白身魚 大根 じゃがいも にんじん ほうれん草 醤油 バナナ ヨーグルト	うどん 昆布だし しらす ほうれん草 たまねぎ コー ン じゃがいも 味噌 食パ ン	精白米 昆布だし 鶏ササミ 小松菜 じゃがいも 枝豆 大根 味噌 さつまいも	精白米 絹豆腐 キャベツ たまねぎ にんじん 塩 じゃがいも	精白米 昆布だし 高野豆腐 ブロッコリー じゃがいも かぼちゃ キャベツ 醤油 にんじん	精白米 昆布だし 絹豆腐 ブロッコリー たまねぎ にんじん バナナ
29 5倍がゆ 白身魚と野菜の煮物 ほうれん草のみそ汁	30 5倍がゆ ツナと野菜の煮物 オニオンスープ	【表の見方】 日付 昼食の献立 午後おやつ 今日の材料		【朝おやつについて】 赤ちゃん用お菓子 月齢や個人の成長に 応じたものを提供します。 (ポーロやソフトせんべい等) また、個々の生活リズムに よっては提供しない場合も ございます。 ご了承ください。	
蒸しさつまいも	スティックきゅうり			☆栄養の50%~70%を離乳食からとります。 栄養の多くを離乳食からとるようになるため、 栄養バランスに気を配りましょう。とはいって も、1週間単位で栄養素に偏りがなければOKで す。 豚肉、牛肉、青魚などが食べられるようになる ので、(※園では、アレルギーの観点から、牛 肉、青魚は離乳期に提供致しません。) いろいろな食材、とくに旬のものを食べさせて あげましょう。	
精白米 昆布だし 白身魚 大根 じゃがいも にんじん ほうれん草 味噌 さつまい も	精白米 ツナ缶 ほうれん草 たまねぎ コー ン きゅうり				

※都合により献立を変更するところがあります。ご了承ください。