



6月 離乳食 献立表



令和6年

きららうえばる保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)	※ 食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
1	土	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	バナナ果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 みそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 南瓜の煮物 みそ汁			
3	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐サラダマッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	鶏おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 豆腐つぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 豆腐サラダ オニオンスープ			
4	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 大根スープ	バナナ果汁	トマトおじや 野菜スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 みそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 みそ汁			
5	水	初期	つぶし粥 じゃが芋ペースト ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ	オレンジ果汁	ササミおじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 ササミのつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	オレンジ		
		後期	軟飯 ささみの煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ			
6	木	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 豆腐煮ペースト 小松菜スープ	りんご果汁	鮭おじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 豆腐のつぶし煮 小松菜のみそ汁	煮りんご		
		後期	軟飯 魚のトマト煮 豆腐いり煮 小松菜のみそ汁			
7	金	初期	つぶし粥 さつま芋マッシュ 人参ペースト すましスープ	オレンジ果汁	さつま芋パンケーキ	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 人参つぶし煮 ゆし豆腐	オレンジ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 人参しりしり煮 ゆし豆腐			
8	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや 鶏汁	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶしあえ 大根のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の煮物 ほうれん草の和え物 大根のすまし汁			
10	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ 大根スープ	りんご果汁	ササミ粥 じゃが芋スープ	
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 キャベツつぶしサラダ 大根スープ	煮りんご		
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 キャベツサラダ 大根スープ			
11	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ	バナナ果汁	鶏おじや 大根スープ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 じゃが芋のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の煮つけ 南瓜の煮物 じゃが芋のみそ汁			
12	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し さつま芋サラダマッシュ オニオンスープ	りんご果汁	ササミおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶしサラダ オニオンスープ	煮りんご		
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 さつま芋サラダ オニオンスープ			
13	木	初期	つぶし粥 魚のすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の煮物 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁			
14	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 小松菜和え物マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 小松菜のつぶし白和え ソーメン汁	オレンジ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 小松菜の白和え ソーメン汁			
15	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐サラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	トマトおじや 鶏汁	
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 豆腐つぶしサラダ オニオンスープ	バナナ		
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 豆腐サラダ オニオンスープ			
17	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ オニオンスープ	りんご果汁	南瓜おやき	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ みそ汁	煮りんご		
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 南瓜サラダ みそ汁			
18	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し 和え物マッシュ 大根スープ	バナナ果汁	ヨーグルトあえ	
		中期	全粥 魚のつぶしミルク煮 つぶし和え物 大根のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚のミルク煮 和え物 大根のみそ汁			
19	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 大根の和え物マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	鶏粥 豆腐のすまし汁	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 大根つぶしあえ つぶしうどん汁	オレンジ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 大根の和え物 煮込みうどん汁			
20	木	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	バナナパンケーキ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁			
21	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト オニオンスープ	りんご果汁	ササミ粥 さつま芋のみそ汁	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 鶏スープ	煮りんご		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 鶏スープ			
22	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 大根スープ	バナナ果汁	おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ 大根のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ 大根のみそ汁			
24	月	初期	つぶし粥 シチューすり流し トマトペースト オニオンスープ	バナナ果汁	じゃが芋おやき	
		中期	全粥 つぶしシチュー つぶし野菜サラダ すまし汁	ヨーグルトあえ		
		後期	軟飯 シチュー 野菜サラダ すまし汁			
25	火	初期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	おじや じゃが芋スープ	
		中期	全粥 魚とトマトのつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のみそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚のトマト煮 じゃが芋の煮物 豆腐のみそ汁			
26	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し 南瓜ペースト オニオンスープ	オレンジ果汁	ヒラヤーチー	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 南瓜のつぶし煮 コーンスープ	オレンジ		
		後期	軟飯 豆腐と野菜煮 南瓜の煮物 コーンスープ			
27	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 野菜ペースト キャベツスープ	りんご果汁	鶏おじや オニオンスープ	
		中期	全粥 鮭と野菜のつぶし煮 野菜のつぶし煮 キャベツのみそ汁	煮りんご		
		後期	軟飯 鮭の野菜煮 野菜の煮物 キャベツのみそ汁			
28	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ すましスープ	オレンジ果汁	ツナ粥 オニオンスープ	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐	オレンジ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 ゆし豆腐			
29	土	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ	バナナ果汁	鶏粥 野菜スープ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ 鶏汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁			

※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。

