

様式F105

離乳食献立 2020年06月



虹の丘保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
01月	御飯 豆腐すまし汁(ねぎ)ごぼうのしぐれ煮 ツナとオクラの和え物 オレンジ	全粥 豆腐すまし汁 白身魚の煮物	全粥 豆腐すまし汁 白身魚のみそ煮	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し汁 白身魚のつぶし煮
02火	御飯 野菜スープ さんまのみそ焼き 三色甘酢和え納豆 りんご	全粥 スープ 白身魚のどろろソース かぼちゃペースト	全粥 野菜スープ 白身魚のかぼちゃソースがけ	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のかぼちゃソースがけ
03水	ミートスパゲティ 麦茶 パナナ ビーンズサラダ	全粥 ミルク 肉団子入りポトフ フルーツ	全粥 野菜スープ(汁のみ) 肉団子入りポトフ	チーズミルク粥 野菜スープ(汁のみ) 野菜の煮物
04木	御飯 みそ汁 鮭のコーンマヨネーズ焼 ほうれん草のナムル バイン	全粥 みそ汁 鮭の塩焼き ほうれん草のナムル	全粥 野菜スープ 白身魚の青菜煮 人参の煮物	つぶし粥 野菜スープ 白身魚の青菜煮 人参のペースト
05金	御飯 麦茶 カツカレー コールスローサラダ ミニトマト	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	全粥 野菜スープ 鶏のミルク煮	チーズ粥 野菜スープ 野菜ののミルク煮
06土	御飯 豆腐すまし汁 炒り豆腐(鶏肉) もやしの彩り 和え みかん缶	全粥 すまし汁 炒り豆腐(鶏肉) もやしの彩り 和え	全粥 野菜スープ(汁のみ) 炒り豆腐	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐と野菜のペースト
08月	御飯 みそ汁 豚肉のしょうが焼き せん野菜 ミニトマト	そばろ粥 みそ汁 キャベツのお浸し	そばろ粥 野菜スープ(汁のみ) キャベツ煮浸し	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) お麩とキャベツ煮浸し
09火	御飯 オクラスープ えびのトマトソース煮 グレープフルーツ	全粥 豆腐のくずあんスープ 白身魚のトマトソース煮 ポテトサラダ	全粥 豆腐のくずあんスープ 白身魚のトマトソース煮	つぶし粥 豆腐のくずあんスープ 白身魚とトマトのペースト
10水	あんかけラーメン 麦茶 りんご チーズ(棒) きゅうりとわかめの酢の物	煮込みうどん ほうじ茶 チーズ(棒)	煮込みうどん ほうじ茶	くたくたうどん ほうじ茶
11木	御飯 みそ汁(生揚げ・大根) ほっけの塩焼き ベーコンと野菜のソテー パナナ	全粥 みそ汁 煮魚 野菜の蒸し煮	全粥 みそ汁 煮魚 野菜の蒸し煮	つぶし粥 みそ汁 魚のすりつぶし煮 野菜のペースト
12金	御飯 お茶・麦茶 ホワイトシチュー せん野菜 オレンジ	全粥 お茶・麦茶 ホワイトシチュー ボイルブロッコリー	全粥 野菜スープ 鶏レバーのミルク煮	チーズ粥 野菜スープ じゃが芋とにんじんのペースト
13土	ご飯 すまし汁 生揚げの中華五目煮 かぼちゃのグラッセ もも缶	全粥 すまし汁 生揚げの中華五目煮 かぼちゃのグラッセ	かぼちゃ粥 みそ汁(汁のみ) 豆腐と野菜柔らか煮	かぼちゃ粥 スープ(汁のみ) 豆腐と野菜のペースト
15月	御飯 麩のすまし汁(つるな) すき焼き風煮物 キャベツのごまマヨネーズ和え納豆 オレンジ	全粥 麩のすまし汁 キャベツの煮浸し にんじんの甘煮	全粥 野菜スープ キャベツの煮浸し にんじんの甘煮	つぶし粥 野菜スープ キャベツの煮浸し にんじんのペースト

日付	完了期	後期	中期	初期
16火	御飯 豚汁(さつま芋) さばの塩焼き ほうれん草のごま キウイフルーツ	全粥 みそ汁 さばの塩焼き 茹でほうれん草	全粥 野菜スープ 白身魚と豆腐のトマト煮 茹でほうれん草	つぶし粥 野菜スープ 白身魚と豆腐のトマト煮 ほうれん草のペースト
17水	サラダうどん 鶏の唐揚げ お茶・麦茶 チーズ パナナ	煮込みうどん ミルク	煮込みうどん 野菜スープ	くたくたみうどん 野菜スープ
18木	ハンバーガー コンソメスープ コールスローサラダ フライドポテト メロン	鮭粥 スープ 野菜の煮物	全粥 スープ 白身魚のおろし煮	つぶし粥 野菜のつぶし煮 白身魚のすり流し
19金	御飯 お茶・麦茶 ハヤシライス ブロッコリーマヨかけ パナナ	全粥 ハヤシライス ゆでブロッコリー ミルク	きな粉粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	きな粉粥 野菜スープ 野菜のミルク煮
20土	御飯 みそ汁 マーボー豆腐 春雨サラダ バイン缶	全粥 みそ汁 マーボー豆腐 にんじんの甘煮	全粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐の味噌煮 にんじんの甘煮	つぶし粥 野菜スープ(汁のみ) 豆腐とにんじんのペースト
22月	御飯 しじみ汁 肉じゃが(豚肉) ほうれん草とえのきのお浸し オレンジ	全粥 野菜スープ 肉じゃが(豚肉) ほうれん草のお浸し	全粥 野菜スープ じゃがいもと野菜の煮物	つぶし粥 野菜スープ じゃがいもと野菜のペースト
23火	御飯 ころころスープ はんべんフライ 引き昆布の煮物 納豆 せん野菜(キャベツ) ミニトマト	全粥 ころころスープ 白身魚の煮付け	全粥 野菜スープ 白身魚の煮付け	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト
24水	冷やし中華 ひじきと大豆の炒り煮 麦茶 桃のヨーグルト	冷やし中華 麦茶 ヨーグルト	冷やしそうめん ほうじ茶	冷やしそうめん ほうじ茶
25木	御飯 納豆汁 カレイの煮付け きんぴらごぼう えだまめ パナナ	全粥 みそ汁 蒸し魚のあんかけ じゃが芋のソテー	全粥 野菜スープ 蒸し魚のあんかけ じゃが芋の煮物	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のペースト じゃが芋にんじんのペースト
26金	御飯 ツナ三色丼 卵スープ せん野菜 りんご	全粥 スープ 野菜くたくた煮	全粥 スープ 野菜くたくた煮	つぶし粥 豆腐みそ汁(わかめ) 野菜くたくた煮
27土	御飯 みそ汁 高野豆腐のフワフワに マカロニサラダ みかん缶	全粥 みそ汁 炒り豆腐	全粥 野菜スープ 炒り豆腐	つぶし粥 野菜スープ 炒り豆腐
29月	御飯 みそ汁 豚のしゃぶしゃぶ風和え物 さつま芋の甘煮 キウイフルーツ	全粥 みそ汁 豚のしゃぶしゃぶ風和え物 さつま芋の甘煮	チーズ粥 野菜スープ さつま芋とにんじんの甘煮	チーズ粥 野菜スープ さつま芋とにんじんの甘煮
30火	御飯 みそ汁(キャベツ) たらとのさっぱり甘酢ソース アスパラの和え物 オレンジ	全粥 みそ汁(キャベツ) たらとのさっぱり甘酢ソース 粉ふき芋	全粥 野菜スープ たらとの野菜の煮物	つぶし粥 野菜スープ たらとの野菜のペースト