



献立表

2024年06月

完全給食

日付	離乳食12~18	離乳食9~11	離乳食7~8	離乳食開始期
01(土)	ごはん 野菜そぼろ丼(納豆)・具 煮りんご	硬粥 野菜そぼろ煮(納豆) 煮りんご	全粥 野菜そぼろ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・にんじん)
03(月)	ごはん だし煮(豆腐・もやし) ほうれん草のそぼろ煮	硬粥 だし煮(豆腐・もやし) ほうれん草のそぼろ煮	全粥 だし煮(豆腐・もやし) ほうれん草のそぼろ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれん草・にんじん)
04(火)	ごはん すまし汁(じゃがいも・わかめ) かじきのケチャップあえ 蒸し野菜のサラダ	硬粥 だし煮(じゃがいも・たまねぎ) 白身魚とブロッコリーのとろみ煮	全粥 だし煮(じゃがいも・たまねぎ) 白身魚とブロッコリーのとろみ煮	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(ブロッコリー・キャベツ)
05(水)	ごはん だし煮(こまつな・トマト) かぼちゃのとろみツナかけ(納豆)	硬粥 だし煮(こまつな・トマト) かぼちゃのとろみツナかけ(納豆)	全粥 だし煮(こまつな・トマト) かぼちゃのとろみツナかけ(納豆)	10倍粥 ペースト(納豆・トマト・こまつな)
06(木)	ごはん みそ汁(にんじん・あげ) 白身魚の香り蒸し(チンゲン菜) さつま芋のレモン煮	硬粥 みそ風味のだし煮(にんじん・もやし) 白身魚の野菜あんかけ(さつまいも・チンゲン菜)	全粥 みそ風味のだし煮(にんじん・もやし) 白身魚の野菜あんかけ(さつまいも・チンゲン菜)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(さつまいも・チンゲン菜)
07(金)	ごはん 中華スープ(えのき・わかめ) 豚肉とキャベツのみそ炒め にんじんとみかんのサラダ	硬粥 だし煮(だいこん・にんじん) 鶏豆腐団子とキャベツのみそ風味煮	全粥 だし煮(だいこん・にんじん) 鶏豆腐団子とキャベツのみそ風味煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・にんじん)
08(土)	ごはん てりやき野菜丼・具 煮りんご	硬粥 豆腐の野菜そぼろがけ 煮りんご	硬粥 豆腐の野菜そぼろがけ 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
10(月)	ごはん 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ) 鶏ひき肉とトマトの煮物(もやし)	硬粥 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ) 鶏ひき肉とトマトの煮物(もやし)	全粥 豆乳汁(豆腐・キャベツ・たまねぎ) 鶏ひき肉とトマトの煮物(もやし)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・にんじん)
11(火)	ごはん みそ風味のだし煮(なす・にんじん) かぼちゃの納豆そぼろあんかけ	硬粥 みそ風味のだし煮(なす・にんじん) かぼちゃの納豆そぼろあんかけ	全粥 みそ風味のだし煮(なす・にんじん) かぼちゃの納豆そぼろあんかけ	10倍粥 ペースト(納豆・かぼちゃ・キャベツ)
12(水)	ごはん 豚丼・具 煮りんご	硬粥 納豆と鶏肉の煮物 煮りんご	全粥 納豆と鶏肉の煮物 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・にんじん)
13(木)	ごはん みそ汁(だいこん・あげ) あじのマリネ ひじき煮(さつまいも) 煮りんご	硬粥 みそ風味のだし煮(だいこん・にんじん) 白身魚とさつま芋の煮物	全粥 みそ風味のだし煮(だいこん・にんじん) 白身魚とさつま芋の煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・にんじん)
14(金)	ごはん わかめスープ(もやし) 鶏肉のトマトソース煮 ベイクド里芋(青のり)	硬粥 だし煮(豆腐・キャベツ・もやし) 鶏ひき肉のトマト煮	全粥 だし煮(豆腐・キャベツ・もやし) 鶏ひき肉のトマト煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(キャベツ・たまねぎ)
15(土)	ごはん じゃがいものスープ煮 厚揚げの炒め物 ブロッコリーのおかか和え	硬粥 だし煮(じゃがいも・ブロッコリー) 豆腐と豚肉のとろみ煮	全粥 だし煮(じゃがいも・ブロッコリー) 豆腐と豚肉のとろみ煮	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(じゃがいも・ブロッコリー)
17(月)	ごはん すまし汁(豆腐・わかめ) 鶏レバーの甘辛煮 ゆでブロッコリー	硬粥 だし煮(豆腐・えのき) 野菜のそぼろがけ(ブロッコリー・にんじん)	全粥 だし煮(豆腐・えのき) 野菜のそぼろがけ(ブロッコリー・にんじん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ブロッコリー・にんじん)
18(火)	ごはん すまし汁(だいこん・あげ) さわらの蒸しみそ焼き きゅうりの昆布あえ	硬粥 だし煮(だいこん・かぼちゃ) 白身魚とにんじんの煮物	全粥 だし煮(だいこん・かぼちゃ) 白身魚とにんじんの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(だいこん・かぼちゃ)
19(水)	軟飯 みそ汁(こまつな・さつまいも) ハンバーグ(大豆) 野菜のツナあえ	硬粥 みそ風味のだし煮(こまつな・さつまいも) 納豆と豚肉の煮物(キャベツ)	全粥 みそ風味のだし煮(こまつな・さつまいも) 納豆と豚肉の煮物(キャベツ)	10倍粥 ペースト(納豆・こまつな・さつまいも)
20(木)	ごはん みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) たらとじゃがいもの煮物	硬粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) たらとじゃがいもの煮物	全粥 みそ風味のだし煮(チンゲン菜・たまねぎ) たらとじゃがいもの煮物	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(チンゲン菜・たまねぎ)
21(金)	ごはん 豆乳汁 ピーマンの細切り炒め きゅうりの酢の物(みかん)	硬粥 豆乳汁(かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ) 豚肉とピーマンのとろみ煮	全粥 豆乳汁(かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ) 豚肉とピーマンのとろみ煮	10倍粥 豆乳汁(かぼちゃ・たまねぎ・キャベツ)
22(土)	焼きビーフン(カレー) 煮りんご	硬粥 豆腐の野菜そぼろがけ 煮りんご	全粥 豆腐の野菜そぼろがけ 煮りんご	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(たまねぎ・にんじん)
24(月)	軟飯 みそ風味のだし煮(キャベツ・たまねぎ) 豆腐の野菜あんかけ(ほうれん草・にんじん)	硬粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・たまねぎ) 豆腐の野菜あんかけ(ほうれん草・にんじん)	全粥 みそ風味のだし煮(キャベツ・たまねぎ) 豆腐の野菜あんかけ(ほうれん草・にんじん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(ほうれん草・にんじん)
25(火)	ごはん みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とにんじんのあんかけ(いんげん)	硬粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とにんじんのあんかけ(いんげん)	全粥 みそ風味のだし煮(かぼちゃ・たまねぎ) 白身魚とにんじんのあんかけ(いんげん)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(かぼちゃ・たまねぎ)
26(水)	ごはん 中華スープ(だいこん) マーボーなす さつま芋の甘煮	硬粥 だし煮(だいこん・さつまいも) 豆腐となすのそぼろがけ(にんじん)	全粥 だし煮(だいこん・さつまいも) 豆腐となすのそぼろがけ(にんじん)	10倍粥 すり流し(豆腐) 野菜のペースト(だいこん・さつまいも)
27(木)	ごはん みそ汁(たまねぎ・えのき) さわらと人参の煮物 ポテトサラダ	硬粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・こまつな) 白身魚とじゃがいもの煮物(にんじん)	全粥 みそ風味のだし煮(たまねぎ・こまつな) 白身魚とじゃがいもの煮物(にんじん)	10倍粥 すり流し(白身魚) 野菜のペースト(たまねぎ・こまつな)
28(金)	ごはん みそ汁(チンゲン菜・さといも) 鶏つくね(おから) 切干大根のサラダ(しらす干し)	硬粥(しらす) みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さといも) 鶏ひき肉とにんじんのとろみ煮	全粥(しらす) みそ風味のだし煮(チンゲン菜・さといも) 鶏ひき肉とにんじんのとろみ煮	10倍粥 すり流し(しらす) 野菜のペースト(にんじん・たまねぎ)
29(土)	ごはん みそ炒め丼・具 煮りんご	硬粥 鶏肉とキャベツのとろみ煮(納豆) 煮りんご	全粥 鶏肉とキャベツのとろみ煮(納豆) 煮りんご	10倍粥 ペースト(納豆・キャベツ・にんじん)