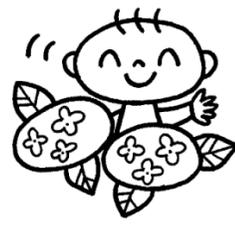




6月献立表



2023年06月

宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材料名 (○はおやつ材料)		
			血や肉や骨になるもの	熱と力になるもの	体の調子を整えるもの
1 木	麦ごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 チヂミ すいか	有機無調整豆乳、豚肉、○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、みそ、油揚げ、○ツナ油漬缶	じゃがいも、米、○小麦粉、○上新粉、押麦、油、○きび糖、○ごま油、黒糖、片栗粉	○すいか、こまつな、にんじん、えのきたけ、○コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、○にら、黒きくらげ
2 金	みそすき丼 ツナ和え オレンジ	有機無調整豆乳 ココアスコーン パン	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、○プレーンヨーグルト、○卵、みそ、ツナ油漬缶	米、○強力粉、しらす、○無塩バター、○黒糖、○きび糖、黒糖、片栗粉、油	オレンジ、○パイナップル、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、長ねぎ、ごぼう、しょうが
3 土	わかめごはん ブロッコリーのおかか和え 豚汁	有機無調整豆乳 わかめしらすおにぎり	豚肉、みそ、○しらす	米、じゃがいも、○米	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ、ブロッコリー、にんじん○わかめふりかけ、白ごま
5 月	ごはん マーボー豆腐 ナムル キャベツスープ	有機無調整豆乳 芋かりんとう バナナ	有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、みそ、ツナ油漬缶	○さつまいも、米、じゃがいも、○バナナ ○黒糖、○揚げ油、油、きび糖、ごま油、○白ごま、きび糖、片栗粉	○、にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、長ねぎ、たけのこ(ゆで)、干しいたけ、にんにく
6 火	ごはん 松風焼き 切干大根と豚肉の炒め物 青菜スープ	有機無調整豆乳 みそポポー バナナ	有機無調整豆乳、鶏ひき肉、○有機無調整豆乳、豚肉、○ツナ油漬缶、○みそ、みそ	米、○小麦粉、パン粉、○きび糖、黒糖、油、白ごま、○油	○バナナ、こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しだいこん、黒きくらげ、○しょうが
7 水	ビビンバ 豆腐スープ オレンジ	有機無調整豆乳 パンキンスープ クラッカー	有機無調整豆乳、豚肉、○有機無調整豆乳、沖縄豆腐、みそ	米、○生クリーム、ごま油、白ごま、きび糖	オレンジ、○かぼちゃ、こまつな、にんじん、○たまねぎ、もやし、コーン缶、キャベツ、○クリームコーン缶、ねぎ、にんにく、しょうが
8 木	ごはん 酢豚 春雨サラダ 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 さつま芋蒸しケーキ バナナ	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、○有機無調整豆乳、みそ、○こしあん(生)、油揚げ	米、○ホットケーキ粉、○さつまいも、はるさめ、○油、○黒糖、きび糖、片栗粉、ごま油、油	○バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ
9 金	あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツごま和え じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 焼きそば	有機無調整豆乳、豚肉、厚揚げ、○豚肉、大豆水煮、みそ、ツナ油漬缶	○ゆで中華めん、米、じゃがいも、あわ、○油、油、すりごま、きび糖	たまねぎ、キャベツ、○たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、○にんじん、○にら、○黒きくらげ、カットわかめ
10 土	そぼろどんぶり おかか和え オレンジ	有機無調整豆乳 人参こんぶおにぎり	豚ひき肉	米、油○米	オレンジ、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが、○にんじん、塩昆布
12 月	 ☆ お弁当会 ☆				
13 火	あわごはん 鮭のタンドリー風 ブロッコリーひじき炒め じゃが芋みそ汁	有機無調整豆乳 シリアルバー バナナ	有機無調整豆乳、さけ、プレーンヨーグルト、みそ、豚肉	米、じゃがいも、パン粉、○無塩バター、あわ、油、○バナナ	○バナナ、ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ひじき、にんにく
14 水	ごはん 高野豆腐含め煮 キャベツのツナ和え 大根みそ汁	有機無調整豆乳 ジュシーおにぎり	有機無調整豆乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、○豚肉、みそ、ツナ油漬缶	○米、米、片栗粉、きび糖	だいこん、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな、○にんじん、○ねぎ、○黒きくらげ
15 木	麦ごはん 豆腐の中華煮 納豆みそ 春雨スープ	有機無調整豆乳 芋くずてんぷら すいか	有機無調整豆乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	米、○さつまいも、○白玉粉、○さつまいもでん粉、○揚げ油、○黒糖、はるさめ、押麦、きび糖、油、片栗粉	○すいか、にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、たけのこ(ゆで)、ねぎ、干しいたけ、しょうが
16 金	カレースパゲティ ブロッコリーサラダ ポテトスープ	有機無調整豆乳 わかめシラスおにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉、だいず水煮、○しらす干し、油揚げ	○米、スパゲティ、じゃがいも、和風ドレッシング	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン、○わかめふりかけ、にんにく
17 土	豚と野菜シウガ焼きどんぶり ツナ和え パン	有機無調整豆乳 芋かりんとう	豚肉、ツナ油漬缶	米、油、きび糖、片栗粉、○さつまいも、黒糖、油	パン、たまねぎ、にんじん、こまつな、しめじ、しょうが、○白ごま
19 月	たきこみごはん ちくわイソペ揚げ ブロッコリーごま和え さつま芋みそ汁	有機無調整豆乳 オートミールクッキー オレンジ	有機無調整豆乳、鶏もも肉、ちくわ、豚肉、みそ、○卵、○牛乳	米、さつまいも、○小麦粉、○無塩バター、○黒糖、○オートミール、小麦粉、揚げ油、すりごま、○黒ごま	○オレンジ、にんじん、ブロッコリー、ごぼう、たけのこ(ゆで)、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、あおのり
20 火	夏野菜カレー ウィンナー オクラ昆布和え	有機無調整豆乳 豆乳くずもち パン	有機無調整豆乳、○有機無調整豆乳、豚肉、ウィンナー、○きな粉	米、○タピオカ粉、じゃがいも、○黒糖	たまねぎ、○パイナップル、かぼちゃ、にんじん、なす、きゅうり、オクラ、トマト水煮缶、塩こんぶ
21 水	あわごはん 厚揚げそぼろ煮 おかか和え 鶏肉スープ	有機無調整豆乳 スイートポテト オレンジ	有機無調整豆乳、豚ひき肉、厚揚げ、鶏もも肉、大豆水煮、○有機無調整豆乳、みそ、○卵	○さつまいも、米、じゃがいも、○生クリーム、○きび糖、あわ、油、黒糖、○無塩バター	○オレンジ、たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、たけのこ(ゆで)、ピーマン、○マーメイド、しょうが
22 木	ウッチャンライス ミートローフ 野菜ソテー ポテトスープ	有機無調整豆乳 抹茶ケーキ	有機無調整豆乳、豚肉、豚ひき肉、○卵、卵、○有機無調整豆乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、○ホットケーキ粉、○きび糖、○くりの甘露煮、○無塩バター、○生クリーム、パン粉、きび糖、油、○黒糖	たまねぎ、こまつな、コーン缶、ブロッコリー、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ、グリーンピース
23 金	 慰霊の日				
24 土	マーボー豆腐どんぶり ナムル オレンジ	有機無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ、ツナ油漬缶	米、油、きび糖、片栗粉、○米	オレンジ、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく、こまつな○ミネラルふりかけ
26 月	あわごはん 魚のカレー揚げ もずくチャンプルー じゃが芋みそ汁	有機無調整豆乳 ストーンクッキー すいか	有機無調整豆乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、○卵、○有機無調整豆乳、○きな粉	米、じゃがいも、○小麦粉、○無塩バター、小麦粉、○黒糖、揚げ油、あわ、油	○すいか、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、もずく、○レーズン、ねぎ
27 火	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー 鶏肉とキャベツみそ汁	有機無調整豆乳 ポテトサンド	有機無調整豆乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、鶏もも肉、豚肉、みそ、○ツナ油漬缶	米、○ロールパン、○じゃがいも、○マヨネーズ、押麦、油	たまねぎ、キャベツ、ゴーヤー、にんじん、○にんじん、○きゅうり、ねぎ、塩こんぶ
28 水	ごはん 豚と野菜しょうが焼き ポテトフライ 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 マカロニのトマト煮	有機無調整豆乳、豚肉、沖縄豆腐、○鶏もも肉、みそ、○粉チーズ	じゃがいも、米、○マカロニ、揚げ油、油、○黒糖、○油、きび糖、片栗粉	こまつな、たまねぎ、にんじん、○トマトペースト、○たまねぎ、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しだいこん、長ねぎ、しょうが、○にんにく、カットわかめ
29 木	ごはん 肉とうふ煮 ナムル キャベツみそ汁	有機無調整豆乳 サターアングダー パン	有機無調整豆乳、沖縄豆腐、豚肉、○卵、みそ、油揚げ、ツナ油漬缶	米、○小麦粉、しらす、○きび糖、○揚げ油、黒糖、○ロード、ごま油、油	○パイナップル、キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、長ねぎ、生しいたけ、たまねぎ、切り干しだいこん
30 金	ジャージャーめん 豆腐わかめスープ オレンジ	有機無調整豆乳 みそおにぎり	有機無調整豆乳、豚ひき肉、沖縄豆腐、○ツナ油漬缶、○みそ、赤みそ、豆みそ	ゆで中華めん、○米、○きび糖、油、黒糖、片栗粉	オレンジ、長ねぎ、にんじん、もやし、きゅうり、たけのこ(ゆで)、ねぎ、黒きくらげ、干しいたけ、にんにく、しょうが、○味噌汁のり、カットわかめ

☆ 保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります



6月離乳食こんだて表①



2023年6月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
1	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	じゃがいも、米	こまつな、にんじん、えのきたけ、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
2	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、長ねぎ、ごぼう
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
3	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	じゃがいも、米	こまつな、にんじん、えのきたけ、コーン缶、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、たまねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
5	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ青菜ホトペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米、じゃがいも	にんじん、キャベツ、もやし、こまつな、長ねぎ、干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
6	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	こまつな、たまねぎ、もやし、にんじん、コーン缶、えのきたけ、ピーマン、切り干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
7	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米	かぼちゃ、こまつな、にんじん、たまねぎ、もやし、コーン缶、キャベツ、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
8	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
9	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豚肉、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、こまつな、にんじん、えのきたけ、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
10	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、ピーマン、干しいたけ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
12	月	お弁当会						
13	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、えのきたけ、ひじき
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
14	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米	だいこん、にんじん、しめじ、キャベツ、こまつな、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
15	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ホトペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります

※16日以降は裏面



6月離乳食こんだて表②



2023年6月

宜野湾市 子育て支援課

日付	曜日	5、6か月頃	7、8か月頃	9か月～11か月頃	12か月～18か月頃	材料と体内での主なはたらき		
						血や肉となる食物	力や熱となる食物	体の調子をよくする食物
16	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	煮込みスパゲティ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚、豚ひき肉	米、スパゲティ、じゃがいも	たまねぎ、にんじん、ブロッコリー、こまつな、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
17	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米、じゃがいも	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、ピーマン
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
19	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐	米、さつまいも	にんじん、ブロッコリー、ごぼう、赤ピーマン、ねぎ、干しいたけ、たまねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
20	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん、なす、きゅうり、オクラ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
21	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豆腐そぼろ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚ひき肉	さつまいも、米、じゃがいも	たまねぎ、もやし、にんじん、こまつな、キャベツ、ピーマン
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
22	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも、ホットケーキ粉	たまねぎ、こまつな、コーン缶、ブロッコリー、にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ねぎ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク ホットケーキ			
23	金	慰 霊 の 日						
24	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、パン、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
26	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、もずく、ねぎ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
27	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、パン、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、ねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサンド			
28	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	じゃがいも、米	こまつな、たまねぎ、にんじん、しめじ、赤ピーマン、黄ピーマン、切り干しいたけ、カットわかめ
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			
29	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タネキ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、豆腐、豚肉	米、さつまいも	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、長ねぎ、生しいたけ、たまねぎ、切り干しいたけ
			ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮	ミルク さつまいも煮			
30	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タネキ 青菜ホトトギスペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ	ミルク、白身魚	米、じゃがいも	にんじん、もやし、きゅうり、ねぎ、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ→おにぎり			

★離乳食の段階は目安であり、子どもの成長や発達に合わせてすすめていきます

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります