



# 6月献立表



2024年06月

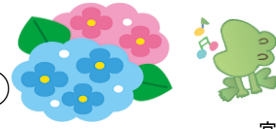
宜野湾市 子育て支援課

日付	献立名	おやつ	材 料 名			
			【赤】 血や肉や骨になるもの	【黄】 熱と力になるもの	【緑】 体の調子を整えるもの	その他調味料
1 土	わかめごはん ブロッコリーの和え物 豚汁	有機無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	豚肉、みそ	米、じゃがいも、〇米	にんじん、たまねぎ、わかめふりかけ、ブロッコリー	
3 月	たきこみごはん ちくわ伊ソベ揚げ きゅうりのごま和え 冬瓜のみそ汁	有機無調整豆乳 オートミールクッキー スイカ	保育乳、鶏もも肉、ちくわ、豚肉、みそ、〇卵、〇牛乳	米、〇小麦粉、〇無塩バター、〇黒砂糖、〇オートミール、小麦粉、揚げ油、すりごま、〇黒ごま	〇スイカ、にんじん、きゅうり、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、冬瓜	しょうゆ、みりん、食塩
4 火	ごはん 肉とうふ煮 ナムル 冬瓜のみそ汁	有機無調整豆乳 チヂミ バナナ	保育乳、沖縄豆腐、〇調製豆乳、豚肉、油揚げ、みそ、〇ツナ油漬缶	米、しらたき、〇小麦粉、〇上新粉、黒糖、ごま油、油、〇きび糖、〇ごま油	〇バナナ、冬瓜、にんじん、こまつな、しめじ、〇コーン缶、たまねぎ、生しいたけ、長ねぎ、〇にら、切り干しいたごん	しょうゆ、みりん、〇しょうゆ、酢、〇食塩、食塩
5 水	ビビンバ 豆腐スープ オレンジ	有機無調整豆乳 パンブキンスープ クラッカー	保育乳、豚肉、〇調製豆乳、沖縄豆腐、みそ	米、〇生クリーム、ごま油、白ごま、きび糖	オレンジ、〇かぼちゃ、こまつな、にんじん、〇たまねぎ、もやし、コーン缶、キャベツ、〇クリームコーン缶、ねぎ、にんにく、しょうが、〇パセリ粉	みりん、しょうゆ、〇コンソメ、食塩
6 木	あわごはん 厚揚げみそ煮 キャベツのツナ和え じゃが芋スープ	有機無調整豆乳 焼きそば・おやつ	保育乳、豚肉、厚揚げ、〇豚肉、大豆水煮、みそ、ツナ油漬缶	〇ゆで中華めん、米、じゃがいも、あわ、〇油、油、黒糖	たまねぎ、キャベツ、〇たまねぎ、こまつな、にんじん、えのきたけ、〇にんじん、〇にら、〇黒きくらげ、カットわかめ	しょうゆ、みりん、〇ウスターソース、食塩
7 金	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	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇調製豆乳、みそ、〇こしあん(生)、油揚げ	米、〇ホットケーキ粉、〇さつま芋、はるさめ、〇油、〇黒糖、きび糖、片栗粉、ごま油、油	〇バナナ、たまねぎ、にんじん、こまつな、きゅうり、パンパン、えのきたけ、ピーマン、黒きくらげ、干しいたけ	ケチャップ、しょうゆ、酢
8 土	マーボー豆腐どんぶり、おかか 和え みかん	有機無調整豆乳 わかめおにぎり	沖縄豆腐、豚ひき肉、みそ	米、油、〇米	みかん、長ねぎ、にんじん、干しいたけ、にんにく、きゅうり 〇わかめ	
10 月	☆ お弁当会 ☆					
11 火	ごはん 肉じゃが おかか和え 豆腐みそ汁	有機無調整豆乳 ショートブレッド(コア) オレンジ	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、みそ、〇牛乳	米、じゃがいも、〇小麦粉、しらたき、〇無塩バター、〇黒糖	〇オレンジ、にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ	みりん、しょうゆ
12 水	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	保育乳、鶏ひき肉、〇調製豆乳、豚肉、〇ツナ油漬缶、〇みそ、みそ	米、〇小麦粉、パン粉、〇きび糖、黒糖、油、白ごま、〇油	〇バナナ、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、切り干しいたごん、黒きくらげ、〇しょうが	みりん、しょうゆ、〇みりん、食塩
13 木	ごはん 高野豆腐含め煮 キャベツおかか和え さつま芋みそ汁	有機無調整豆乳 ジュシーおにぎり	保育乳、豚肉、高野豆腐、鶏ひき肉、〇鶏もも肉、みそ	〇米、米、さつまいも、片栗粉、きび糖	にんじん、だいごん、こまつな、キャベツ、〇赤ピーマン、〇ねぎ、〇黒きくらげ	しょうゆ、みりん、〇しょうゆ、〇食塩、食塩
14 金	あわごはん 白身魚のタンドリー 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	保育乳、白身魚、プレーンヨーグルト、みそ、豚肉	米、じゃがいも、パン粉、〇無塩バター、あわ、油	〇バナナ、ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、ひじき、にんにく	ケチャップ、しょうゆ、食塩、カレー粉
15 土	豚と野菜シウガ焼きどんぶり、ナムル スイカ	有機無調整豆乳 人参ホットケーキ	豚肉	米、油、黒糖、片栗粉 〇米粉、〇バター、〇きび糖	りんご、たまねぎ、にんじん、〇にんじん、こまつな、しめじ、しょうが、もやし、	しょうゆ
17 月	あわごはん 魚のいそべ焼き 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	保育乳、白身魚(キング)、豚肉、みそ、〇卵、〇牛乳、〇きな粉	米、じゃがいも、〇小麦粉、〇無塩バター、〇黒砂糖、小麦粉、油、あわ	〇すいか、キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、もずく、しめじ、〇レーズン、ねぎ、あおのり	みりん、しょうゆ、食塩
18 火	夏野菜カレー ウィナー オクラ昆布和え	有機無調整豆乳 もちもちボール豆腐 ドーナツ スイカ	保育乳、〇調製豆乳、豚肉、ウィンナー、〇豆腐	米、〇米粉、じゃがいも、〇きび糖	たまねぎ、〇スイカ、かぼちゃ、にんじん、なす、きゅうり、オクラ、トマト水煮缶(カット)、塩こんぶ	カレールー、和風ドレッシング
19 水	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 スウィートポテト オレンジ	保育乳、豚ひき肉、厚揚げ、鶏もも肉、大豆水煮、みそ、〇調製豆乳	〇さつまいも、米、じゃがいも、〇生クリーム、〇黒糖、油、きび糖	〇オレンジ、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、〇マーマレード、しょうが	みりん、しょうゆ、食塩
20 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 芋てんぷら すいか	保育乳、厚揚げ、挽きわり納豆、豚肉、みそ、ツナ油漬缶	〇さつまいも、米、〇小麦粉、〇揚げ油、はるさめ、押麦、きび糖、油、片栗粉	〇すいか、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	みりん、しょうゆ、食塩
21 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 ミネラルふりかけおにぎり	保育乳、豚ひき肉、沖縄豆腐、〇ツナ油漬缶、〇みそ、赤みそ、付ドレッシング	ゆで中華めん、〇米、〇黒糖、油、きび糖、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、〇味付けのり、カットわかめミネラルふりかけ	みりん、しょうゆ、食塩、〇みりん
22 土	五目ごはん ツナ 豆腐スープ	有機無調整豆乳 みそおにぎり	沖縄豆腐、豚肉、ツナ油漬缶、〇みそ	米、〇米	にんじん、こまつな、しめじ、えのきたけ、ねぎ、	しょうゆ、みりん、食塩
24 月	ごはん マーボー豆腐 ナムル ポテトスープ	有機無調整豆乳 芋かりんとう スイカ	保育乳、沖縄豆腐、豚ひき肉、油揚げ、みそ、ツナ油漬缶	〇さつまいも、米、じゃがいも、〇黒砂糖、〇揚げ油、油、きび糖、ごま油、〇白ごま、黒糖、片栗粉	〇スイカ、にんじん、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、カットわかめ	しょうゆ、みりん、酢、食塩
25 火	麦ごはん 昆布納豆 ゴーヤーチャンプルー 鶏肉と冬瓜のみそ汁	有機無調整豆乳 ポテトサンド	保育乳、挽きわり納豆、沖縄豆腐、鶏もも肉、豚肉、みそ、〇ツナ油漬缶	米、〇ロールパン、〇じゃがいも、〇マヨネーズ、押麦、油	たまねぎ、冬瓜、ゴーヤー、にんじん、〇にんじん、〇きゅうり、塩こんぶ	みりん、しょうゆ、食塩、〇カレー粉
26 水	みそすき丼 ツナ和え オレンジ	有機無調整豆乳 スコーン りんご	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、豚肉、〇プレーンヨーグルト、〇卵、みそ、ツナ油漬缶	米、〇強力粉、しらたき、〇無塩バター、〇黒砂糖、きび糖、片栗粉、油、〇きび糖	オレンジ、〇りんご、にんじん、たまねぎ、〇にんじん、こまつな、長ねぎ、ごぼう、しょうが	みりん、しょうゆ
27 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 バナナケーキ	保育乳、豚肉、豚ひき肉、〇卵、〇調製豆乳、ツナ油漬缶	米、じゃがいも、〇薄利粉、〇きび糖、〇無塩バター、パン粉、きび糖、油、〇きび糖	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、〇バナナ	ケチャップ、みりん、しょうゆ、ウスターソース、食塩
28 金	あわごはん 豚肉ピーマン炒め じゃが芋おかか煮 豆腐スープ	有機無調整豆乳 マカロニのトマト煮	保育乳、豚肉、沖縄豆腐、〇鶏もも肉、〇粉チーズ	じゃがいも、米、〇マカロニ、あわ、油、〇油、〇きび糖、黒糖、片栗粉	〇たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、〇にんじん、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン、黒きくらげ、〇にんにく	〇トマトソース、しょうゆ、みりん、〇ケチャップ、食塩、〇ウスターソース、〇コンソメ
29 土	そぼろどんぶり おかか和え オレンジ	有機無調整豆乳 ミネラルふりかけおにぎり	豚ひき肉	米、油、〇米	オレンジ、こまつな、にんじん、コーン缶、しょうが、〇ミネラルふりかけ	みりん、しょうゆ、食塩

☆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



2024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	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
1	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 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 ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚肉	米	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、コーン缶、たまねぎ、生しいたけ、切り干しだいこん
3	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚	米、さつまいも	にんじん、ブロッコリー、ごぼう、しめじ、コーン缶、たまねぎ、干しいたけ、たまねぎ、こまつな
4	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 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 ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豆腐、 豚肉	米	キャベツ、にんじん、こまつな、しめじ、コーン缶、たまねぎ、生しいたけ、切り干しだいこん
5	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜キャベツペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋かぼちゃ煮	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋かぼちゃ煮	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋かぼちゃ煮	ミルク、白身 魚	米、さつまいも	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
6	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 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 ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	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
7	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚	米、さつまいも	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
8	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト 	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ
10	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 青菜サツマイモペースト	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク さつま芋煮	ミルク、白身 魚	米、さつまいも	にんじん、こまつな、キャベツ、コーン缶、しめじ、ねぎ、干しいたけ
11	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、 豆腐	米、じゃがいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、えのきたけ、カットわかめ
12	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト 	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 芋がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚 	米、さつまいも	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、切り干しだいこん
13	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ 青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまいも	にんじん、だいこん、こまつな、キャベツ、赤ピーマン、ねぎ
14	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ 青菜ペースト 	7倍がゆ 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 魚煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、白身 魚 	米、じゃがいも	ブロッコリー、こまつな、にんじん、たまねぎ、ひじき
15	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参キャベツ 青菜大根ペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	5倍がゆ→軟飯 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ	軟飯→ごはん 豚肉とうふ煮 野菜柔らか煮 スープ ミルク 野菜がゆ→おにぎり	ミルク、豚肉、 豆腐	米、さつまいも	にんじん、だいこん、こまつな、キャベツ、赤ピーマン、ねぎ 

★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

※17日以降は裏面



# 6月離乳食こんだて表②



2024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	カや熱となる食物	体の調子をよくなる食物
17	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参キャベツ青菜ポテトペースト	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、さつまいも	キャベツ、もやし、にんじん、こまつな、もずく、しめじ、ねぎ
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
18	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトキャベツペースト	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、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、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			
19	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポテトキャベツペースト	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、さつまいも、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			
20	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	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			
21	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	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	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			
22	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	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			
24	月	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	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	米、さつまいも、じゃがいも	にんじん、もやし、こまつな、干しいたけ、カットわかめ、たまねぎ
			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			
25	火	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ポテトキャベツペースト	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、パン、じゃがいも	たまねぎ、キャベツ、にんじん、きゅうり、こまつな
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜ペーストサント			
26	水	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	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、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ごぼう
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→おにぎり			
27	木	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	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	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			
28	金	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 豆腐ペースト 人参タマネギ青菜ポテトペースト	7倍がゆ 豆腐煮付け 野菜柔らか煮 スープ	5倍がゆ→軟飯 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	じゃがいも、米、マカロニ	たまねぎ、にんじん、こまつな、えのきたけ、赤ピーマン、黄ピーマン、ピーマン
			ミルク 野菜がゆ	ミルク 野菜がゆ	ミルク 煮込みマカロニ			
29	土	10倍がゆ(つぶし) だしスープ 白身魚ペースト 人参タマネギ青菜ペースト	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、さつまいも	にんじん、たまねぎ、もやし、こまつな、ごぼう
			ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ	ミルク 芋がゆ→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

