6月　離乳食献立予定

令和6年　　こどもパル

		１２～１８か月	９～１１ヵ月	７・８ケ月	６ヶ月
		◎は１０時、〇は午後おやつ	〇は午後おやつ		
日	曜				
1	土	牛乳　せんべい　りんごジュース　サブレ			
3	月	親子うどん　きんぴらごぼう ウインナー　オレンジ　◎牛乳　オレンジ 〇牛乳　せんべい	豆腐煮　うどん汁　じゃが芋の煮物 軟飯～全粥　〇オレンジ	豆腐煮　うどん汁　じゃが芋の煮物 キャベツの柔か煮 5倍粥	豆腐のペースト じゃが芋煮 キャベツのペースト 野菜スープ　10倍粥
4	火	白身魚の磯風味揚げ キャベツの味噌ドレッシングサラダ そうめんのすまし汁　バナナ ◎牛乳　米菓子　〇お茶　おにぎり	煮魚 キャベツと人参の柔か煮 野菜スープ 軟飯～全粥　〇バナナ	煮魚 キャベツと人参の柔か煮 野菜スープ ５倍粥	白身魚のペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ １０倍粥
5	水	揚げ鶏のレモン風味 切り干し大根の煮物　きゅうり漬け 麩の味噌汁　オレンジ ◎牛乳　ソフトせんべい　〇牛乳　クリームサンド	ささ身煮　じゃが芋の煮物 麩の味噌汁　軟飯～全粥 〇オレンジ	ささ身煮 じゃが芋と玉ねぎの煮物 麩のすまし汁　５倍粥	ささ身のペースト 人参のペースト じゃが芋と玉ねぎのペースト 野菜スープ　１０倍粥
6	木	野菜たっぷりハヤシライス ブロッコリーサラダ パイン　◎飲むヨーグルト　〇牛乳　メロンパン	豆腐とじゃがいもの煮物 ブロッコリーと人参のやわらか煮 野菜スープ 軟飯～全粥〇パイン	豆腐とじゃがいもの煮物 ブロッコリーと人参のやわらか煮 野菜スープ　５倍粥	豆腐のペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
7	金	白身魚のフライ　コールスローサラダ 小松菜の味噌汁　　グレープフルーツ ◎牛乳　クッキー　〇お茶　ぶどうゼリー	煮魚 キャベツの柔らか煮 野菜スープ　軟飯～全粥 〇グレープフルーツ	煮魚 キャベツのやわらか煮 野菜スープ 5倍粥	白身魚のペースト キャベツのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ　　１０倍粥
8	土	牛乳 クラッカー オレンジジュース あられ			
10	月	スパゲティーナポリタン キャベツのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ　グレープフルーツ ◎豆乳　米菓子　〇牛乳　フレンチトースト	煮魚　キャベツとブロッコリーの煮物 ほうれん草の柔か煮 野菜スープ　軟飯～全粥 〇グレープフルーツ	煮魚 キャベツとブロッコリーの柔か煮 ほうれん草の柔か煮 玉ねぎスープ　5倍粥	白身魚のペースト ほうれん草のペースト キャベツのペースト 野菜スープ　10倍粥
11	火	コロッケ　グリーンサラダ 豆腐の味噌汁　オレンジ ◎牛乳　サンドビスケット　〇牛乳　甘辛煎餅	鶏肉とじゃが芋のおやき キャベツの煮物 野菜スープ　　軟飯～全粥 〇オレンジ	ささ身とじゃが芋の煮物 キャベツの柔か煮 野菜スープ ５倍粥	ささ身ペースト じゃが芋と人参のペースト 野菜スープ １０倍粥
12	水	筑前煮　ブロッコリーのおかか和え 小魚の佃煮　かきたま汁 オレンジ　◎オレンジゼリー 〇牛乳　カナッペ	鶏肉と野菜の旨煮　しらすのやわらか煮 ブロッコリーのおかか和え 野菜スープ　軟飯～全粥　〇オレンジ	ささ身のやわらか煮 鶏肉とブロッコリーの旨煮 野菜スープ　　５倍粥	ささ身ペースト ブロッコリーのペースト 野菜スープ　１０倍粥
13	木	かき揚げ　かにかまぼこの酢の物 えのきのすまし汁　グレープフルーツ ◎牛乳　ロールパン　〇お茶　プリン	しらすと野菜の煮物 さつま芋煮 野菜スープ　軟飯～全粥 〇グレープフルーツ	しらすと野菜の煮物 さつま芋煮 野菜スープ　５倍粥	しらすのペースト 玉ねぎとキャベツのペースト さつま芋のペースト 野菜スープ　１０倍粥
14	金	五目野菜つくね きゅうりのぼりぼり　チーズ ほうれん草のすまし汁　バナナ ◎牛乳　オレンジ　〇牛乳　ココアラスク	野菜のつくね煮 ほうれん草の煮浸し 軟飯～全粥　野菜スープ 〇バナナ	野菜のつくね煮 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ　5倍粥	ささ身のペースト ほうれん草のペースト 野菜スープ　10倍粥
15	土	牛乳　甘辛煎餅　りんごジュース　クラッカー			
17	月	ラーメン　ウインナー 野菜のなめたけ和え　オレンジ ◎牛乳　スティックパン　キャロットゼリー	豆腐と野菜の旨煮　ボイル野菜 野菜スープ　軟飯～全粥 〇オレンジ	豆腐と野菜の煮物 ボイル野菜　野菜スープ ５倍粥	豆腐と玉ねぎのペースト 人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
18	火	白身魚のシュンユイ　さつま揚げといんげんの煮物 キャベツの味噌汁　バナナ ◎牛乳 コーンフレーク 〇牛乳　カルシウムパン	白身魚のムニエル　軟飯～全粥 いんげんの煮物 ほうれん草のすまし汁　〇バナナ	煮魚 いんげんの煮物 ほうれん草のすまし汁　5倍粥	白身魚のペースト ほうれんそうのペースト 野菜スープ　１０倍粥
19	水	ビビンバ　しゅうまい わかめスープ　オレンジ ◎牛乳　せんべい　〇ほうれん草の蒸しパン	煮魚　じゃがいもの煮物 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ　〇オレンジ	煮魚　じゃがいもの煮物 ほうれん草の煮浸し 野菜スープ	白身魚のペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ　10倍粥
20	木	キャベツと豚肉の味噌炒め　フライドごぼう 豆腐スープ　バナナ　◎牛乳　ビスケット 〇牛乳　蒸しパン	鶏肉の煮物 キャベツと人参のやわらか煮 野菜スープ　軟飯～全粥　〇バナナ	ささ身の煮物 キャベツと人参のやわらか煮 野菜スープ　5倍粥	ささ身ペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
21	金	チキンライス　スパソテー フライドポテト　エビフライ レタスサラダ　パイン　野菜スープ ◎飲むヨーグルト　〇フルーツパフェ	野菜リゾット 煮魚　じゃがいもの煮物 柔らかきゅうり 野菜スープ　〇パイン	野菜リゾット 煮魚　じゃがいもの煮物 きゅうりのとろとろ煮 野菜スープ	白身魚のペースト じゃがいもと人参のペースト きゅうりのとろとろ煮 野菜スープ　10倍粥
22	土	牛乳　サブレ　オレンジジュース　煎餅			
24	月	ジャージャー麺風パスタ ボイルブロッコリー 冬瓜スープ　オレンジ　◎牛乳　ボン菓子 〇フルーツヨーグルト	煮魚　野菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ　軟飯～全粥　〇オレンジ	煮魚　野菜のうま煮 ブロッコリーのやわらか煮 野菜スープ　5倍粥	白身魚のペースト 人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
25	火	チーズハンバーグ ブロッコリーのドレッシングサラダ 野菜のコンソメスープ　バナナ ◎牛乳　野菜かりんとう　〇牛乳　マカロニあべかわ	豆腐ハンバーグ　　野菜スープ ブロッコリーと人参の柔か煮 軟飯～全粥　〇バナナ	豆腐と野菜の煮物 ブロッコリーと人参の柔か煮 野菜スープ　5倍粥	豆腐と玉ねぎのペースト ブロッコリーと人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
26	水	揚げ餃子　中華和え わかめの中華スープ　オレンジ ◎牛乳　せんべい　〇牛乳　ジャムサンド	肉団子煮　ほうれん草と人参の柔らか煮 野菜スープ　　軟飯～全粥 〇オレンジ	肉団子煮 ほうれん草と人参の柔らか煮 野菜スープ　5倍粥	ささ身のペースト ほうれん草のペースト 玉ねぎのペースト 野菜スープ　１０倍粥
27	木	鯖の竜田揚げ たくあんサラダ 豆腐のすまし汁　パイン ◎豆乳　クラッカー　〇牛乳　米菓子	煮魚 キャベツと人参の柔か煮 豆腐のすまし汁 軟飯～全粥　　〇パイン	煮魚 キャベツと人参の柔か煮 豆腐のすまし汁　5倍粥	白身魚のペースト じゃがいものペースト キャベツと人参のペースト 野菜スープ　10倍粥
28	金	肉じゃが　スティックきゅうり 焼きししゃも　なめこ汁　バナナ ◎飲むヨーグルト　〇牛乳　メイプルサブレ	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりのやわらか煮　野菜スープ 軟飯～全粥　〇バナナ	鶏肉と野菜の煮物 きゅうりのとろとろ煮 野菜スープ　5倍粥	ささ身のペースト 人参のペースト 野菜スープ　１０倍粥
29	土	牛乳　クラッカー　りんごジュース　サブレ			