

離乳食献立

2025年6月

もぐもぐ・かみかみ食

2	月	おかゆ 【軟飯】	肉団子の野菜あんかけ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・ブロッコリー・人参） じゃが芋のみそ汁（じゃが芋・人参・玉ねぎ・わかめ・豆腐）
3	火	おかゆ 【軟飯】	かぼちゃのそぼろ煮（かぼちゃ・鶏ひき肉・人参・玉ねぎ） トマトのしらす和え（トマト・きゅうり・ブロッコリー・しらす）
4	水	おかゆ 【軟飯】	魚のあんかけ煮（白身魚・きゅうり・人参・玉ねぎ・わかめ） けんちん汁（豆腐・大根・人参・玉ねぎ）
5	木	おかゆ 【軟飯】	豆腐の野菜あんかけスープ（豆腐・麩・人参・白菜） 野菜のおかか和え（キャベツ・きゅうり・人参・ブロッコリー）
6	金	おかゆ 【軟飯】	マーボー豆腐（鶏ひき肉・豆腐・人参・玉ねぎ） さつま芋サラダ（さつま芋・人参・きゅうり）
7	土		鶏雑炊（ごはん・鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー）
9	月	おかゆ 【軟飯】	肉団子の野菜あんかけ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・きゅうり） そうめん汁（そうめん・人参・玉ねぎ・麩） パナナ
10	火	おかゆ 【軟飯】	かぼちゃのそぼろ煮（かぼちゃ・人参・玉ねぎ・鶏ひき肉・いんげん） 湯豆腐とスティック煮野菜（豆腐・人参・きゅうり）
11	水	おかゆ 【軟飯】	魚の野菜あんかけ（白身魚・ブロッコリー・人参・玉ねぎ） じゃが芋のみそ汁（じゃが芋・人参・玉ねぎ・わかめ・麩）
12	木	おかゆ 【軟飯】	豆乳シチュー（じゃが芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー） 白身魚の豆腐バーグ（白身魚・豆腐・玉ねぎ）
13	金	おかゆ 【軟飯】	ゴロゴロ野菜のそぼろあんかけ（さつま芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・鶏ひき肉） コーンスープ（豆腐・人参・玉ねぎ・クリームコーン）
14	土		しらす雑炊（ごはん・しらす・人参・キャベツ）
16	月	おかゆ 【軟飯】	トマトあんかけハンバーグ（鶏ひき肉・玉ねぎ・トマト） じゃが芋のみそ汁（じゃが芋・人参・玉ねぎ・麩）
17	火	おかゆ 【軟飯】	納豆じゃがおやき（納豆・じゃが芋・白身魚・小松菜・玉ねぎ） 大根のみそ汁（大根・人参・玉ねぎ・白菜）
18	水	おかゆ 【軟飯】	さつまいものおやき（さつまいも・人参・玉ねぎ・しらす） 豆腐のすまし汁（豆腐・人参・玉ねぎ）
19	木	おかゆ 【軟飯】	肉団子の野菜あんかけ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・キャベツ・人参・きゅうり） 大根のみそ汁（大根・人参・玉ねぎ）
20	金	おかゆ 【軟飯】	煮込みハンバーグ（鶏ひき肉・玉ねぎ） かぼちゃ煮（かぼちゃ） 白菜スープ（白菜・人参・玉ねぎ）
21	土		煮込みうどん（うどん・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・麩・鶏ひき肉）
23	月		味噌煮込みうどん（うどん・人参・玉ねぎ・白菜・鶏ひき肉） かぼちゃサラダ（かぼちゃ・きゅうり・トマト）
24	火	おかゆ 【軟飯】	鶏団子鍋（鶏ひき肉・玉ねぎ・かぶ・人参） さつまいもサラダ（さつまいも芋・人参・きゅうり）
25	水	おかゆ 【軟飯】	魚入りじゃがおやき（白身魚・じゃが芋・玉ねぎ） 小松菜のみそ汁（小松菜・人参・玉ねぎ・豆腐）
26	木	おかゆ 【軟飯】	肉団子のあんかけ煮（鶏ひき肉・玉ねぎ・ほうれん草・人参） みそ汁（じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐） パナナ
27	金	おかゆ 【軟飯】	煮込みハンバーグ（鶏ひき肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー） さつま芋のみそ汁（さつま芋・大根・人参・玉ねぎ）
28	土		煮込みうどん（うどん・人参・キャベツ・玉ねぎ・鶏ひき肉・麩）
30	月	おかゆ 【軟飯】	豆乳ポトフ（じゃがいも・人参・玉ねぎ・小松菜・鶏ささみ） おかか和え（キャベツ・きゅうり・人参・ブロッコリー）

調味料はだし・しょうゆ・みそを使用しています。