

6月 離乳食献立表

浦和メーブル保育園

	中 期 食		アレルギー 特定原材料 7品目	後 期 食		アレルギー 特定原材料 7品目
	午前	材料		午前	材料	
1 ・ 15 火	7倍粥 野菜豆乳スープ カジキのとりみ煮 温野菜	米 じゃがいも・人参・玉ねぎ・豆乳 カジキ・玉ねぎ ブロッコリー・人参		3倍粥 野菜豆乳スープ カジキのとりみ煮 温野菜	米 じゃがいも・人参・玉ねぎ・豆乳・塩 カジキ・玉ねぎ ブロッコリー・人参・塩	
2 ・ 16 水	そばろ粥（7倍） 人参スープ 豆腐とほうれん草の煮物 バナナ	米・鶏そぼろ 人参 絹豆腐・ほうれん草 バナナ		そばろ粥（7倍） 人参のみそ汁 豆腐とほうれん草の煮物 バナナ	米・鶏そぼろ 人参・味噌 絹豆腐・ほうれん草・醤油 バナナ	
3 ・ 17 木	7倍粥 豆腐と玉ねぎのスープ 鶏じゃが 野菜とツナの煮物	米 豆腐・玉ねぎ 鶏ささみ・じゃがいも・人参 キャベツ・小松菜・ツナ		3倍粥 豆腐と玉ねぎのみそ汁 鶏じゃが 野菜とツナの煮物	米 豆腐・玉ねぎ・味噌 鶏ささみ・じゃがいも・人参・醤油 キャベツ・小松菜・ツナ・塩	
4 金	小松菜粥（7倍） 人参スープ 鶏肉と玉ねぎのとりみ煮 かぼちゃ煮	米 人参 鶏もも肉・玉ねぎ かぼちゃ		小松菜粥（3倍） 人参スープ 鶏肉と玉ねぎのとりみ煮 かぼちゃ煮	米 人参・塩 鶏もも肉・玉ねぎ・味噌 かぼちゃ・醤油	
5 ・ 19 土	煮込みスパゲティ 玉ねぎスープ 煮りんご	スパゲティ・玉ねぎ・人参 玉ねぎ りんご	小麦	煮込みスパゲティ 玉ねぎスープ 煮りんご	スパゲティ・玉ねぎ・人参・醤油 玉ねぎ・塩 りんご	小麦
7 ・ 21 月	7倍粥 じゃがいもスープ 豆腐と野菜のとりみ煮 野菜とシラスの温サラダ	米 じゃがいも 絹豆腐・玉ねぎ・白菜 人参・きゅうり・シラス		3倍粥 じゃがいものすまし汁 豆腐と野菜のとりみ煮 野菜とシラスの温サラダ	米 じゃがいも・醤油 絹豆腐・玉ねぎ・白菜・醤油 人参・きゅうり・シラス・塩	
8 ・ 22 火	人参粥（7倍） 豆腐スープ たらの野菜あんかけ かぼちゃ煮	米・人参 絹豆腐 たら・玉ねぎ・人参・ピーマン かぼちゃ		人参粥（3倍） 豆腐のみそ汁 たらの野菜あんかけ かぼちゃ煮	米・人参 絹豆腐・味噌 たら・玉ねぎ・人参・ピーマン・醤油 かぼちゃ・塩	
9 ・ 23 水	7倍粥 じゃがいもスープ ささみとほうれん草のあんかけ 温野菜	米 じゃがいも 鶏ささみ・ほうれん草 玉ねぎ・人参		3倍粥 じゃがいもスープ ささみとほうれん草のあんかけ 温野菜	米 じゃがいも・塩 鶏ささみ・ほうれん草・醤油 玉ねぎ・人参・クチャップ	
10 ・ 24 木	7倍粥 大根スープ 鶏肉のブロッコリーあんかけ さつまいもサラダ	米 大根 鶏もも肉・ブロッコリー さつまいも・キャベツ・人参		3倍粥 大根のみそ汁 鶏肉のブロッコリーあんかけ さつまいもサラダ	米 大根・味噌 鶏もも肉・ブロッコリー・醤油 さつまいも・キャベツ・人参・塩	
11 ・ 25 金	7倍粥 かぼちゃスープ カレイの煮物 野菜ののりサラダ	米 かぼちゃ カレイ・玉ねぎ キャベツ・きゅうり・人参・のり		3倍粥 かぼちゃのみそ汁 カレイの煮物 野菜ののりサラダ	米 かぼちゃ・味噌 カレイ・玉ねぎ・醤油 キャベツ・きゅうり・人参・のり・醤油	
12 ・ 26 土	7倍粥 お麩のスープ 豆腐と野菜のあんかけ バナナ	米 焼きたて 絹豆腐・玉ねぎ・ピーマン バナナ	小麦	3倍粥 お麩のすまし汁 豆腐と野菜のあんかけ バナナ	米 焼きたて・醤油 絹豆腐・玉ねぎ・ピーマン・味噌 バナナ	小麦
14 ・ 28 月	7倍粥 玉ねぎスープ ささみと野菜のとりみ煮 大根煮	米 玉ねぎ 鶏ささみ・玉ねぎ・キャベツ 大根		3倍粥 玉ねぎのすまし汁 ささみと野菜のとりみ煮 大根煮	米 玉ねぎ・醤油 鶏ささみ・玉ねぎ・キャベツ・味噌 大根・醤油	
29 火	煮込みスパゲティ キャベツのスープ ささみとブロッコリーのとりみ煮 人参とツナの煮物	スパゲティ・玉ねぎ・人参 キャベツ 鶏ささみ・ブロッコリー 人参・ツナ水煮	小麦	煮込みスパゲティ キャベツのスープ ささみとブロッコリーのとりみ煮 人参とツナの煮物	スパゲティ・玉ねぎ・人参・塩 キャベツ・塩 鶏ささみ・ブロッコリー・醤油 人参・ツナ水煮・醤油	小麦
30 水	7倍粥 豆腐のスープ 鶏肉のとりみ煮 温野菜	米 木綿豆腐 鶏もも肉・玉ねぎ ピーマン・人参・じゃがいも		3倍粥 豆腐のスープ 鶏肉のとりみ煮 温野菜	米 木綿豆腐 鶏もも肉・玉ねぎ・味噌 ピーマン・人参・じゃがいも・醤油	

* 調理形態は月齢や体調個人に合わせて変更することがあります。
 * 献立は変更になる場合があります。
 * 2回食に上がりたてのお子様は、中期食の献立で形状を初期食に近づけて提供致します。