

6月の離乳食献立（中期・後期）

日にち	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	8大アレルゲン	Kcal
2日	月	おかゆ キャベツのそぼろ煮 ほうれん草のお浸し風	鶏ひき肉	精白米	キャベツ、人参、ほうれん草、玉ねぎ		162
3日	火	おかゆ ささみとさつま芋の煮物 白菜のとり煮	ささみ	精白米、さつま芋	人参、白菜、小松菜		163
4日	水	おかゆ ブロッコリーの白和え 大根の煮物	豆腐	精白米	ブロッコリー、大根、人参、玉ねぎ		165
5日	木	おかゆ キャベツのそぼろあんかけ 白菜の和え物	鶏ひき肉	精白米、片栗粉	キャベツ、青梗菜、白菜、人参		163
6日	金	おかゆ たらのおろし煮 人参のスープ煮	たら	精白米	大根、小松菜、人参、玉ねぎ		166
9日	月	おかゆ 人参のそぼろ煮 キャベツのお浸し風	鶏ひき肉	精白米	人参、玉ねぎ、キャベツ、ほうれん草		164
10日	火	おかゆ たらと大根の和風煮 マッシュポテト	たら	精白米、じゃが芋	大根、青梗菜、人参		162
11日	水	おかゆ ささみと白菜の煮物 ブロッコリーのスープ煮	ささみ	精白米	白菜、人参、ブロッコリー、玉ねぎ		162
12日	木	おかゆ 豆腐のかぼちゃソースかけ 野菜の煮物	豆腐	精白米	かぼちゃ、大根、人参、小松菜		166
13日	金	おかゆ ほうれん草のそぼろ煮 オニオンサラダ風	鶏ひき肉	精白米	ほうれん草、人参、玉ねぎ、ブロッコリー		164
16日	月	おかゆ 豆腐と大根のとり煮 ブロッコリーの和え物	豆腐	精白米	大根、人参、ブロッコリー、玉ねぎ		163
17日	火	おかゆ 白菜のそぼろ煮 キャベツのお浸し風	鶏ひき肉	精白米	白菜、小松菜、キャベツ、人参		163

6月の離乳食献立（中期・後期）

日にち 月/日	曜日	献立	赤の仲間 からだをつくる	黄色の仲間 エネルギーのもとになる	緑の仲間 体の調子を整える	8大アレルゲン	Kcal 100g
		おかゆ 白米のてはつ煮 カリフラワーの人参煮	鶏ひき肉	精白米	白菜、人参、カリフラワー、大根		163
18日	水	おかゆ たらと人参のとり煮 さつまいものマッシュ	たら	精白米、さつまいも	人参、ほうれん草、玉ねぎ		165
19日	木	おかゆ ささみの野菜あんかけ 大根のお浸し風	ささみ	精白米、片栗粉	白菜、人参、大根、青梗菜		163
20日	金	おかゆ 豆腐とじゃが芋の煮物 オニオンスープ煮	豆腐	精白米、じゃが芋	人参、玉ねぎ、ブロッコリー		164
23日	月	おかゆ たらとかぼちゃの煮物 キャベツのとり煮	たら	精白米	かぼちゃ、青梗菜、キャベツ、人参		165
24日	火	おかゆ ささみと人参の煮物 カリフラワーのサラダ風	ささみ	精白米	人参、玉ねぎ、カリフラワー、ほうれん草		164
25日	水	おかゆ 豆腐のブロッコリーソースかけ 大根のきんぴら風	豆腐	精白米	ブロッコリー、大根、人参、玉ねぎ		163
26日	木	おかゆ 玉ねぎのそぼろ煮 キャベツの和え物	鶏ひき肉	精白米	玉ねぎ、青梗菜、キャベツ、玉ねぎ		164
27日	金	おかゆ たらとさつまいもの煮物 白菜のお浸し風	たら	精白米、さつまいも	人参、白菜、小松菜		165
30日	月	おかゆ ささみとキャベツの和風煮 カリフラワーの和え物	ささみ	精白米	キャベツ、ほうれん草、カリフラワー、人参		163

調味料の使用はございません。
食材そのものの味をいかして調理しております。

※ 仕入れの状況により、献立の内容が一部変更する場合がありますので、ご了承ください。