



6月の離乳食献立表（後期～完了期）



実施日	間食 (午前)	献立名		間食(午後)	献立名
		昼食	後期(9~11ヶ月)		
		食品名			
1(火)	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 肉じゃが わかめスープ	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 大根 人参 玉ねぎ わかめ チンゲンサイ 醤油 だし汁。 /うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。	調乳 ☆煮込みうどん	軟飯→ごはん 肉じゃが わかめスープ
2(水)	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 ビーフンスープ デ) パナナ	米。豚肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 砂糖 醤油 だし汁。 ビーフン 人参 しめじ 玉ねぎ ほうれんそう わかめ 醤油 だし汁。パナナ。 /ゼラチン 育児用ミルク。	調乳 ☆ミルクゼリー	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 ビーフンスープ デ) パナナ
3(木)	調乳 ウエハース	パンがゆ→ロールパン 白身魚のトマトソース煮 豚肉と野菜の煮物	ロールパン 育児用ミルク。たら 小麦粉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 トマトピューレー フロッコリー だし汁 代替) 豚肉。 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ ビーマン 醤油 だし汁。	調乳 ミニゼリー せんべい	ロールパン 白身魚のトマトソース煮 豚肉と野菜の煮物
4(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 野菜の煮物 すまし汁	米。なす さつまいも 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 豆腐 大根 しろな わかめ 人参 醤油 だし汁。 /キウイフルーツ	調乳 キウイ せんべい	軟飯→ごはん 野菜の煮物 すまし汁
5(土)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 八宝菜 みそ汁	米。豚肉 はくさい 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 だし汁。 チンゲンサイ 人参 玉ねぎ わかめ みそ だし汁。	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 八宝菜 みそ汁
7(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	米。牛肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。ヨーグルト。/りんご	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト
8(火)	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 高野豆腐の卵とし すまし汁 焼きのり	米。鶏肉 高野豆腐 はくさい 人参 三度豆 卵 砂糖 醤油 だし汁。代替) 豚肉 代替) じゃがいも。白玉麩 大根 人参 小松菜 しめじ 醤油 だし汁。焼きのり /絹ごし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉	調乳 ☆やわらか みたらしだんご	軟飯→ごはん 高野豆腐の卵とし すまし汁 焼きのり
9(水)	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	米。メルルーサ フロッコリー 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 はくさい 人参 みそ だし汁。 /ゼラチン キウイフルーツ りんご	調乳 ☆フルーツゼリー	軟飯→ごはん 白身魚と野菜の煮物 みそ汁
10(木)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン スパゲッティスープ煮 野菜スープ	ロールパン 育児用ミルク。スパゲッティ 豚ひき肉 人参 玉ねぎ しめじ ビーマン ケチャップ だし汁。 小松菜 玉ねぎ 人参 はくさい コーン 醤油 だし汁。 /パナナ	調乳 パナナ せんべい	ロールパン スパゲッティミートソース 野菜スープ
11(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 大豆と野菜の煮物 みそ汁 デ) メロン	米。大豆 鶏肉 人参 大根 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。豆腐 人参 玉ねぎ ほうれんそう みそ だし汁。メロン。 /ゼラチン 育児用ミルク	調乳 ☆ミルクゼリー	軟飯→ごはん 大豆と野菜の煮物 みそ汁 デ) メロン
12(土)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 麻婆豆腐風 すまし汁	米。豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 しいたけ みそ 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁 代替) じゃがいも 小松菜 人参 しめじ 醤油 だし汁。/りんご	調乳 りんご せんべい	軟飯→ごはん 麻婆豆腐風 すまし汁
14(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 なすのそぼろ煮 すまし汁	米。豚ひき肉 なす 人参 玉ねぎ グリンピース 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。キャベツ 豆腐 小松菜 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。/ホットケーキミックス 人参 育児用ミルク	調乳 ☆やわらか にんじんホットケーキ	軟飯→ごはん なすのそぼろ煮 すまし汁
15(火)	調乳 ビスケット	パンがゆ→トースト 豚肉と白菜のスープ煮 マカロニサラダ	食パン 育児用ミルク。豚肉 はくさい じゃがいも 玉ねぎ 人参 フロッコリー しめじ 醤油 だし汁。 マカロニ 豚肉 人参 きゅうり コーン りんご	調乳 ミニゼリー せんべい	トースト 豚肉と白菜のスープ煮 マカロニサラダ
16(水)	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 マグロと野菜の煮物 かきたま汁	米。ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 しめじ はくさい チンゲンサイ 砂糖 醤油 片栗粉 だし汁。卵 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 片栗粉 だし汁 代替) 豚肉。 /パナナ キウイフルーツ	調乳 ☆フルーツあえ せんべい	軟飯→ごはん マグロと野菜の煮物 かきたま汁
17(木)	調乳 ウエハース	かゆ→軟飯 魚と野菜の煮物 すまし汁 デ) りんご	米。メルルーサ 大根 人参 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 (メルルーサ 大根 人参 油 砂糖 醤油 【完了期】) 白玉麩 大根 人参 小松菜 しめじ 醤油 だし汁。 りんご。/型抜きチーズ	調乳 型抜きチーズ せんべい	軟飯→ごはん 魚の照り焼き 野菜スティック すまし汁 德) りんご
18(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 鶏ミンチボールのあんかけ みそ汁	米。鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 片栗粉 人参 えのきだけ 醤油 砂糖 だし汁 代替) 豚ひき肉。かぼちゃ しめじ 人参 みそ だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク パナナ	調乳 ☆やわらかパナナ ホットケーキ	軟飯→ごはん 鶏ミンチボールのあんかけ みそ汁
19(土)	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 りんご / じゃがいも	調乳 ふかしおじゃが せんべい	煮込みうどん りんご
21(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	米。豚肉 じゃがいも 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。キャベツ きゅうり しらす干し 醤油 だし汁。フレッシュゼリー /キウイフルーツ	調乳 キウイ せんべい	かゆ→軟飯 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー
22(火)	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 豆腐の煮物 野菜スープ	米。豆腐 人参 もやし チンゲンサイ 醤油 だし汁。 はくさい じゃがいも 人参 玉ねぎ フロッコリー 醤油 だし汁。/コーンフレーク 育児用ミルク	調乳 ☆コーンフレークの ミルク煮	軟飯→ごはん 豆腐の煮物 野菜スープ
23(水)	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 魚と野菜の煮物 みそ汁 デ) りんご	米。赤魚 フロッコリー 砂糖 醤油 だし汁。代替) 豚肉 さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 りんご / 棒チーズ	調乳 棒チーズ ビスケット	軟飯→ごはん 魚と野菜の煮物 みそ汁 德) りんご
24(木)	調乳 せんべい	パンがゆ→ロールパン 卵とし マカロニスープ	ロールパン 育児用ミルク。卵 なら 合挽きミンチ 人参 醤油 玉ねぎ しいたけ だし汁 代替) 豚ひき肉 代替) コーン (卵 なら 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ しいたけ 油 醤油 だし汁。 代替) 豚ひき肉 代替) コーン【完了期】) マカロニ 小松菜 じゃがいも 玉ねぎ 人参 しめじ 醤油 だし汁。/メロン	調乳 メロン せんべい	ロールパン 野菜のキッシュ マカロニスープ
25(金)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 野菜の煮物 みそ汁	米。さつまいも 人参 玉ねぎ みつば だし汁。 豆腐 わかめ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク。	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	軟飯→ごはん 野菜の煮物 みそ汁
26(土)	調乳 せんべい	煮込みうどん りんご	うどん 豚肉 キャベツ 人参 玉ねぎ 醤油 だし汁。 りんご / さつまいも	調乳 ふかしいも せんべい	煮込みうどん りんご
28(月)	調乳 せんべい	かゆ→軟飯 牛肉と野菜の煮物 みそ汁	米。牛肉 豆腐 はくさい おつゆ麩 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 なす 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/パナナ	調乳 パナナ せんべい	軟飯→ごはん 牛肉と野菜の煮物 みそ汁
29(火)	調乳 ビスケット	かゆ→軟飯 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁 デ) キウイ	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 そうめん(乾) 卵 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 キウイフルーツ(黄肉種)	調乳 ミニゼリー せんべい	軟飯→ごはん 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁 デ) キウイ
30(水)	調乳 ポーロ	かゆ→軟飯 豚肉と野菜の煮物 魚のすり身団子スープ	米。豚肉 三度豆 人参 醤油 砂糖 だし汁。 たら はくさい 人参 小麦粉 醤油 片栗粉 だし汁。 /米粉 育児用ミルク きな粉 上白糖 ベーキングパウダー	調乳 ☆やわらか きなこ蒸しパン	軟飯→ごはん 豚肉と野菜の煮物 魚のすり身団子スープ