

2023年6月1日



6月の離乳食献立表（初期～中期）



池田市立保育所・認定こども園

実施日	初期（5～6ヶ月）			中期（7～8ヶ月）			
	献立名	食品名	間食	午前間食	献立名	午後間食	食品名
1 木	パンがゆ 鮭のすり流し 野菜の煮つぶし	ロールパン 野菜スープ。 鮭 人参 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 鮭とマカロニのグラタン ほうれん草スープ	調乳 キウイ せんべい	ロールパン 野菜スープ。 / 鮭 片栗粉 マカロニ 玉ねぎ コーン 育児用ミルク コーンスターチ 野菜スープ。豆腐 ほうれん草 人参 醤油 だし汁。 / キウイ
2 金	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜のすりつぶし	米。 さつまいも 玉ねぎ 育児用ミルク。 大根 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 野菜の煮物 みそ汁	調乳 茹でスナップえんどう せんべい	米。なす さつまいも 玉ねぎ 人参 醤油 だし汁。 大根 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 /スナップえんどう 塩
3 土	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。 白菜 人参 だし汁。 玉ねぎ 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 八宝菜 みそ汁	調乳 ゼリー せんべい	米。豚肉 生しいたけ 白菜 人参 玉ねぎ 三度豆 醤油 だし汁。チンゲンサイ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。
5 月	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のすりつぶし	米。 鮭缶 玉ねぎ だし汁。 じゃが芋 人参 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 肉じゃが 煮びたし ミニゼリー	調乳 あまなつ せんべい	米。 豚肉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 グリンピース 砂糖 醤油 だし汁。ひじき缶 はるさめ きゅうり 人参 コーン 醤油 だし汁。 /あまなつ
6 火	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。 白菜 人参 だし汁。 大根 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 高野豆腐の卵黄とじ すまし汁 焼きのり	調乳 バナナ せんべい	米。鶏肉 高野豆腐 白菜 人参 三度豆 卵黄 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 代替) じゃが芋。白玉麩 大根 人参 小松菜 しめじ 醤油 だし汁。焼きのり / バナナ。
7 水	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 白菜 育児用ミルク。 ブロッコリー 人参 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 白身魚と野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆きんとん せんべい	米。白身魚 ブロッコリー 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 豆腐 白菜 人参 みそ だし汁。 /さつまいも。
8 木	パンがゆ スパゲッティくたくた煮 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 スパゲッティ 人参 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	パンがゆ スパゲッティスープ煮 豆乳スープ デザート(バナナ)	調乳 フレッシュゼリー せんべい	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 ピーマン ケチャップ だし汁。小松菜 玉ねぎ じゃが芋 人参 育児用ミルク コーン だし汁。 / バナナ
9 金	すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし かぼちゃのミルク煮	米。 豆腐 人参 だし汁。 かぼちゃ 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豆腐の煮物 みそ汁	調乳 ☆ミルクゼリー	米。豆腐 豚肉 人参 もやし チンゲンサイ 醤油 だし汁 代替) じゃが芋。かぼちゃ 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/ゼラチン 育児用ミルク
10 土	うどんのくたくた煮 野菜のすり流し りんごすりおろし	うどん キャベツ だし汁。 かぼちゃ 人参 だし汁。 りんご	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん みそ汁 りんご	調乳 ふかしおじゃが せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 かぼちゃ はくさい 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 りんご / じゃが芋
12 月	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜煮つぶし	米。 豆腐 ブロッコリー だし汁。 キャベツ 白菜 人参 だし汁。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 鶏ミンチボールと野菜の煮物 野菜スープ	調乳 ☆フルーツゼリー	米。鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ 片栗粉 キャベツ 人参 生しいたけ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚ひき肉。白菜 じゃが芋 人参 玉ねぎ ブロッコリー 醤油 だし汁。 / ゼラチン キウイ りんご。
13 火	パンがゆ 野菜のくたくた煮 野菜の煮つぶし	食パン 育児用ミルク。 鮭缶 玉ねぎ 人参 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ かぼちゃのポターージュ 煮浸し	調乳 ☆煮込みうどん	食パン 育児用ミルク。鶏肉 玉ねぎ かぼちゃ 人参 コーンクリーム缶 育児用ミルク だし汁 代替) 豚肉 ほうれん草 人参 大豆 醤油 だし汁。/うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。
14 水	すりつぶしがゆ 野菜の煮つぶし 野菜のミルク煮	米。人参 玉ねぎ だし汁。さつまいも 白菜 大根 育児用ミルク。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ マクロと野菜の煮物 みそ汁 デザート(りんご)	調乳 型抜きチーズ ビスケット	米。 ツナ水煮缶 玉ねぎ 人参 しめじ 白菜 チンゲンサイ 砂糖 醤油 片栗粉 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 /型抜きチーズ
15 木	すりつぶしがゆ さつま芋のミルク煮 野菜煮つぶし	米。 さつま芋 育児用ミルク。 人参 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	かゆ なすのそぼろ煮 みそ汁	調乳 キウイ せんべい	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。さつまいも 大根 玉ねぎ 人参 みそ だし汁。 / キウイ。
16 金	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 豆腐のすりつぶし	米。 大根 人参 だし汁。白身魚 ブロッコリー だし汁。	調乳	調乳 せんべい	ひじきかゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	調乳 ☆やわらかバナナ ホットケーキ	米 ひじき缶 人参。白身魚 片栗粉 玉ねぎ ブロッコリー 代替) 豚肉。豆腐 大根 しろな わかめ 人参 醤油 だし汁。/ホットケーキミックス バナナ 育児用ミルク。
17 土	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 小松菜 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 麻婆風 すまし汁	調乳 ゼリー せんべい	米。豚ひき肉 豆腐 玉ねぎ 人参 生しいたけ みそ 醤油 砂糖 片栗粉 だし汁 代替) じゃが芋 小松菜 人参 しめじ 醤油 だし汁。
19 月	すりつぶしがゆ そうめんの煮つぶし 野菜のくたくた煮	米。 そうめん 人参 だし汁。 人参 じゃが芋 だし汁。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 豚肉とひじきの煮物 そうめんのすまし汁	調乳 ☆やわらか ホットケーキ	米。豚肉 芽ひじき 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁。 そうめん 人参 しめじ 小松菜 醤油 だし汁。 /ホットケーキミックス 育児用ミルク
20 火	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 グリンピースのミルク煮	米。じゃが芋 人参 玉ねぎ だし汁。 グリンピース 育児用ミルク。	調乳	調乳 ビスケット	かゆ 肉じゃが 煮びたし ヨーグルト	調乳 バナナ せんべい	米。牛肉 じゃが芋 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。/バナナ。
21 水	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	米。赤魚 人参 だし汁。玉ねぎ チンゲン菜 だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 煮魚 みそ汁	調乳 棒チーズ せんべい	米。赤魚 人参 三度豆 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉 豆腐 チンゲン菜 人参 玉ねぎ みそ だし汁。 / 棒チーズ。
22 木	パンがゆ マカロニのくたくた煮 野菜のミルク煮	ロールパン 育児用ミルク。 マカロニ 人参 だし汁。 じゃが芋 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 せんべい	パンがゆ 卵黄とじ マカロニスープ	調乳 ☆フルーツあえ せんべい	ロールパン 育児用ミルク。卵黄 なら 合挽きミンチ 人参 玉ねぎ 生しいたけ コーン トマトケチャップ だし汁 代替) 豚ひき肉 代替) じゃが芋。マカロニ チンゲン菜 じゃが芋 玉ねぎ 人参 しめじ 醤油 だし汁。 /バナナ りんご。
23 金	すりつぶしがゆ 白身魚のすり流し 野菜のミルク煮	米。 白身魚 人参 だし汁。 白菜 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ デザート(メロン) 豚肉と野菜の煮物 魚のすり身団子スープ	調乳 ☆やわらかきなこ 蒸しパン	米。豚肉 三度豆 人参 醤油 砂糖 だし汁。白身魚のすり身 長いも 白菜 人参 醤油 小麦粉 片栗粉 だし汁 代替) 豚ひき肉。 メロン / 米粉 育児用ミルク きな粉 砂糖 ベーキングパウダー。
24 土	うどんのくたくた煮 豆腐のすりつぶし 野菜の煮つぶし	うどん キャベツ だし汁。 豆腐 人参 だし汁。 ほうれん草 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 せんべい	煮込みうどん 野菜スープ	調乳 ふかししいも せんべい	うどん 豚肉 人参 玉ねぎ キャベツ 醤油 だし汁。 豚肉 たまねぎ キャベツ 豆腐 ほうれん草 人参 醤油 出し汁。 /さつまいも
26 月	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜のミルク煮	米。 豆腐 白菜 だし汁。 じゃが芋 人参 育児用ミルク。	調乳	調乳 せんべい	かゆ 牛肉と野菜の煮物 みそ汁	調乳 バナナ せんべい	米。牛肉 豆腐 白菜 おつゆ麩 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替) じゃが芋 代替) 豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ みそ だし汁。/バナナ
27 火	すりつぶしがゆ 野菜のミルク煮 野菜の煮つぶし	米。 グリンピース 人参 育児用ミルク。 じゃが芋 玉ねぎ 白菜 だし汁。	調乳	調乳 ビスケット	パンがゆ じゃがいものそぼろ煮 野菜スープ・テ) りんご	調乳 ミニゼリー せんべい	食パン 育児用ミルク。じゃが芋 豚ひき肉 玉ねぎ 人参 しめじ グリンピース トマトケチャップ だし汁。チンゲン菜 玉ねぎ 人参 白菜 コーン 醤油 だし汁。りんご。
28 水	すりつぶしがゆ 豆腐すり流し 野菜の煮つぶし	米。 豆腐 人参 だし汁。 さつま芋 玉ねぎ だし汁。	調乳	調乳 ポーロ	かゆ 野菜の煮物 みそ汁	調乳 ☆やわらかにんじん ホットケーキ	米。さつまいも 人参 玉ねぎ 砂糖 醤油 だし汁 代替) 豚肉。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 人参ペースト 育児用ミルク。
29 木	パンがゆ 白身魚のすり流し 野菜の煮つぶし	ロールパン 育児用ミルク。 白身魚 じゃが芋 だし汁。 人参 ブロッコリー だし汁。	調乳	調乳 ウエハース	パンがゆ 白身魚のトマトソース煮 豚肉と野菜の煮物	調乳 ☆やわらか みたらしだんご	ロールパン 育児用ミルク。白身魚 小麦粉 じゃが芋 玉ねぎ 人参 トマトピューレー ブロッコリー だし汁 代替) 豚肉。豚肉 キャベツ 人参 ピーマン 醤油 だし汁。/ 絹ごし豆腐 白玉粉 砂糖 醤油 片栗粉。
30 金	すりつぶしがゆ 野菜のくたくた煮 野菜のミルク煮	米。 鮭缶 人参 だし汁。 大根 玉ねぎ 育児用ミルク。	調乳 りんごの すりおろし	調乳 せんべい	かゆ 鶏肉と野菜の煮物 卵黄汁	調乳 りんご せんべい	米。鶏肉 大根 人参 三度豆 醤油 だし汁 代替) 豚肉。卵黄 玉ねぎ 人参 わかめ 醤油 だし汁 代替) 豚肉。 / りんご。

☆印は手作りおやつです。