

令和2年6月献立表（中期・モグモグ期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
キャベツ粥 トマトとそばろのかぶら煮 野菜スープ	お麩入りうどん 小松菜とポテトのうま煮 ホットアップルサラダ	トマト粥 鶏肉とひじきのキャベツあん 野菜スープ	チーズ粥 豆腐ときゅうりの炊き合わせ 野菜スープ	にんじん粥 しらすのカラフルあんかけ 野菜スープ	ひすいうどん 豆腐のそばろ煮 にんじんの二色和え
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
りんご粥 ささみとほうれん草のかぼちゃあん 野菜スープ	かぼちゃ粥 鶏と青菜のほぐし煮 野菜スープ	あんかけうどん にんじんとさつまいものきなこ和 くずし豆腐のひすい煮	ひじき粥 鮭のブロッコリーあんかけ 野菜スープ	三色粥 ささみのたまごあん 野菜スープ	鶏だしにゆう麺 きゅうりのきざみ煮 マッシュポテト
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
ブロッコリー粥 やわらか炒り鶏 野菜スープ	彩り粥 あんかけ豆腐 野菜スープ	キャベツ粥 しらすとトマトのとりみ煮 野菜スープ	7倍粥 ささみとキャベツの納豆あんかけ 野菜スープ	北海道産のお粥 ほぐし鶏とお麩の野菜煮 野菜スープ	そばろうどん 大根のバンバンジー風 野菜スープ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
ほうれん草粥 豆腐とお肉の味噌煮 野菜スープ	きなこ粥 小松菜と鶏肉の炒り煮 野菜スープ	チーズ粥 そばろのカラフル煮 野菜スープ	カラフル粥 豆腐のきゅうりあん 野菜スープ	7倍粥 たらのブロッコリー煮 野菜スープ	具だくさんそうめん ほうれん草とささみのサラダ いもの煮物
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
29	30	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●ひとこメッセージ●</p> <p>初めての食材を試すときは、ごく少量ずつで赤ちゃんの機嫌がいいときにしましょう。アレルギーなどの症状が出たときに原因となった食材を特定できるように、初めての食材は1食で1種類ずつ、また、すぐに病院に受診できるように午前中に試すようにし、焦らずに慎重に進めていきましょう。</p> </div>			
月	火				
キャベツ粥 ささみのトマト煮込み 野菜スープ	にんじん粥 小松菜と鶏肉のみぞれ煮 野菜スープ				
ミルク	ミルク				

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和2年6月献立表（後期・カミカミ期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
5倍粥 コロケ風おやき トマトとキャベツのサラダ 赤ちゃん味噌汁	肉団子うどん 小松菜とポテトのソテー ホットアップルサラダ	トマト粥 鶏肉のチーズ焼き ひじきの煮物 赤ちゃん味噌汁	チーズ粥 豆腐とツナのうま煮 五目納豆 具だくさん汁	にんじん粥 フィッシュシチュー 千切り野菜とじゃこのサラダ 野菜スープ	ひすいうどん 豆腐のそぼろ煮 にんじんの二色和え
手作りポーロ ミルク	ころころおにぎり ミルク	小松菜とじゃこの雑炊 ミルク	シュガートースト ミルク	ミルクプリン ミルク	こふきいも ミルク
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
りんご粥 ささみのやわらか煮 コロコロサラダ 野菜スープ	かぼちゃ粥 鶏の照り煮 しらす入り厚焼き玉子 赤ちゃん味噌汁	あんかけうどん 彩り野菜のおかか炒め くずし豆腐のスープ	ひじき粥 鮭のパン粉焼き ブロッコリーとトマトの和え物 赤ちゃんすまし汁	三色粥 ささみのたまごあん 大根サラダ 野菜スープ	鶏だしにゆう麺 コールスローサラダ マッシュポテト
にゆう麺 ミルク	じゃがいももち ミルク	チーズ蒸しパン ミルク	フルーツ寒天 ミルク	お麩ラスク ミルク	りんごヨーグルト ミルク
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
ブロッコリー粥 やわらか炒り鶏 わかめの納豆和え 赤ちゃん味噌汁	彩り粥 あんかけ豆腐 青菜の三色和え 赤ちゃん味噌汁	キャベツ粥 しらすの中華煮 いんげんとひじきの中華和え 野菜スープ	5倍粥 ささみの納豆あんかけ キャベツとツナの和風サラダ 赤ちゃん味噌汁	北海道産のお粥 ほぐし鶏の野菜煮 グリーンサラダ 野菜スープ	そぼろうどん 大根のバンバンジー風 コーンスープ
手作りクッキー ミルク	ツナマカロニ ミルク	パンキッシュ ミルク	かぼちゃの茶巾 ミルク	赤ちゃんうどん ミルク	お麩ピザ ミルク
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
5倍粥 豆腐とお肉の味噌煮 ナムル 野菜スープ	きなこ粥 小松菜入り松風焼き にんじんのきんぴら 赤ちゃん味噌汁	チーズ粥 そぼろのトマト煮 豆腐のちゃんぷる 野菜スープ	カラフル粥 チーズハンバーグ 野菜スティック トマトスープ	5倍粥 たらの味噌焼き ブロッコリーとにんじんの煮浸し 赤ちゃん味噌汁	具だくさんそうめん ほうれん草とささみのサラダ ツナといもの煮物
お好み焼き風蒸しパン ミルク	ほうれん草クッキー ミルク	やわらかプリン ミルク	焼きうどん ミルク	マッシュポテトグラタン ミルク	ふわふわオムレツ ミルク
29	30	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>赤ちゃんはもともと体内に鉄分を蓄えて生まれてきます。ですが、9か月頃を過ぎると体内にあった鉄分が少なくなり、貧血が起きてしまうこともあります。離乳食では、ほうれん草や小松菜、納豆などの大豆製品やひじきなどの食材で鉄分を取る工夫をしてみましょう。</p> </div>			
月	火				
キャベツ粥 ささみのトマト煮込み フレンチサラダ 野菜スープ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 湯豆腐 たっぷり野菜の味噌汁				
あんかけそうめん ミルク	豆乳チーズケーキ ミルク				

お誕生会



からまつ保育園

- ※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
- ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

令和2年6月献立表（完了期・パクパク期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
軟飯 コロケ風おやき トマトとキャベツのサラダ かぶと豆腐の味噌汁 みかん	ミートソーススパゲティ アスパラジャーマンポテト 小松菜のスープ りんご	トマト粥 鶏肉のチーズ焼き ひじきの煮物 キャベツの味噌汁 ヨーグルト	チーズ粥 豆腐とツナのうま煮 五目納豆 具だくさん汁 赤ちゃんみかん寒天	にんじん粥 フィッシュシチュー 千切り野菜とじゃこのサラダ ほうれん草のスープ メロン	ひすいうどん 厚揚げのそぼろ煮 アップル寒天
手作りボーロ 麦茶	ころころおにぎり 麦茶	小松菜とじゃこの雑炊 麦茶	シュガートースト 麦茶	ミルクプリン 麦茶	こふきいも 麦茶
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
きなこ粥 豚肉のやわらか煮 コロコロサラダ ベーコンと野菜のスープ 赤ちゃんりんご寒天	軟飯 鶏の照り煮 しらす入り厚焼き玉子 いんげんとかぼちゃの味噌汁 ヨーグルト	あんかけうどん 彩り野菜のおかか炒め くずし豆腐のスープ オレンジ寒天	ひじき粥 鮭のパン粉焼き ブロッコリーとトマトの和え物 若竹汁 スイカ	三色粥 ささみのたまごあん 大根サラダ 野菜スープ りんご	鶏肉ときのこのスパゲティ コールスローサラダ 卵スープ グレープ寒天
にゅう麺 麦茶	じゃがいももち 麦茶	チーズ蒸しパン 麦茶	フルーツ寒天 麦茶	お麩ラスク 麦茶	りんごヨーグルト 麦茶
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
さつまいも粥 やわらか炒り鶏 わかめの納豆和え えのきの味噌汁 アップル寒天	彩り粥 あんかけ豆腐 青菜の三色和え わかめとお麩の味噌汁 メロン	キャベツ粥 しらすの中華煮 いんげんとひじきの中華和え はんぺんのふわふわスープ 赤ちゃんみかん寒天	軟飯 豚肉の納豆あんかけ キャベツとツナの和風サラダ 大根の味噌汁 ヨーグルト	北海道産のお粥 ほぐし鶏の野菜煮 グリーンサラダ 野菜スープ スイカ	そぼろうどん 大根のバンバンジー風 コーンスープ りんご
手作りクッキー 麦茶	ツナマカロニ 麦茶	パンキッシュ 麦茶	かぼちゃの茶巾 麦茶	赤ちゃんうどん 麦茶	お麩ピザ 麦茶
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
軟飯 豆腐とお肉の味噌煮 ナムル レタススープ 赤ちゃんみかん寒天	きなこ粥 小松菜入り松風焼き にんじんのきんぴら 厚揚げの味噌汁 りんご	チーズ粥 そぼろのトマト煮 豆腐のちゃんぷる 野菜スープ ヨーグルト	カラフル粥 れんこん入りチーズハンバーグ 野菜スティック ミネストローネ 6月のパースディケーキ	軟飯 たらの味噌焼き アスパラとにんじんの煮浸し たまねぎの味噌汁 スイカ	具だくさんそうめん ほうれん草とささみのサラダ もやしのスープ アップル寒天
お好み焼き風蒸しパン 麦茶	ほうれん草クッキー 麦茶	やわらかプリン 麦茶	焼きうどん 麦茶	マッシュポテトグラタン 麦茶	ふわふわオムレツ 麦茶
29	30	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●ひとこメッセージ●</p> <p>完了食は栄養のほとんどを離乳食からとるようになりますので、食材の偏りがないように気を配ることが大切です。</p> <p>栄養のバランスは1週間ほどの単位で考えるとよいでしょう。「たんぱく質(肉や魚、大豆製品など)は少なくなかったかな」「野菜はたくさんとれているかな」と確認してみましょう。</p> <p>食材や調味料で味を変えたり、さまざまな</p> </div>			
月	火				
キャベツ粥 ポークのトマト煮込み フレンチサラダ オニオンスープ メロン あんかけそうめん 麦茶	軟飯 豚肉の甘辛煮 湯豆腐 たっぷり野菜の味噌汁 りんご 豆乳チーズケーキ 麦茶				



※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。
 ※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園