



令和元年6月離乳食献立予定表

あゆみ保育園
(調理師 比留間 奈々)

彩とりどりのあじさいの花が美しく映える季節になりました。
柔らかいものばかりあげていると、なかなか咀嚼の発達が進みませんし、無理をすると噛めずに丸呑みしてしまうこともあります。お子様の発達に合わせて、様子を見ながら、大きさや固さを工夫し、離乳食を進めていきたいと思ひます。
また、暑くなつてきますので、水分補給にも十分気をつけていきます。



日	曜日	献立名		主な材料
		午前食	午後食	
1	土	あゆみまつり		
3	月	軟飯 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 青菜と麩の味噌汁 デザート	トースト	精白米 玉ねぎ 人参 鶏肉 ほうれん草 小松菜 食パン 果物
24		軟飯 カレイの和風煮 ほうれん草の出汁煮 さつまいもと大根の味噌汁 デザート	南瓜粥	精白米 玉ねぎ 人参 カレイ ほうれん草 大根 さつまいも 南瓜 果物
4	火	トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 若布とコーンのスープ デザート	うどん粥	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 胡瓜 小松菜 長ねぎ コーン 若布 うどん 果物
25		軟飯 豆腐のとろみ煮 野菜煮 いんげんともやしの味噌汁 デザート	人参粥	精白米 豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 大根 もやし いんげん 果物
5	水	野菜うどん 鶏肉のとろみ煮 野菜煮 オニオンスープ デザート	芋粥	うどん 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 キャベツ 胡瓜 ほうれん草 果物
26		鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー もやしとキャベツの味噌汁 デザート	ツナときのこのリゾット	精白米 玉ねぎ 人参 南瓜 ブロッコリー 鶏肉 大根 じゃが芋 いんげん 若布 牛蒡 椎茸 里芋 果物
6	土	トースト カレイの洋風煮 野菜煮 ミネストローネ デザート	ほうれん草粥	食パン 精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 ほうれん草 胡瓜 キャベツ 果物
7	金	軟飯 ハンバーグ 野菜スープ ブロッコリーのやわらか煮 デザート	野菜粥	精白米 鶏肉 豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 長ねぎ ブロッコリー トマト 果物
8	土	野菜うどん カレイのとろみ煮 野菜煮 デザート	人参粥	うどん 精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 キャベツ 小松菜 果物
22		軟飯 鶏肉の和風煮 野菜煮 キャベツの味噌汁 デザート	うどん粥	精白米 うどん 鶏肉 玉ねぎ 人参 里芋 さつまいも 大根 キャベツ ほうれん草 果物
10	月	トースト 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 もやしと小松菜のスープ デザート	野菜粥	食パン 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 アスパラガス もやし 小松菜 果物
11	火	野菜粥 筑前煮 じゃが芋と若布の味噌汁 デザート	鶏ごぼうの炊き込みご飯	精白米 玉ねぎ 人参 南瓜 ブロッコリー 鶏肉 じゃが芋 鮭 もやし 若布 舞茸 キャベツ 果物
12	水	トースト 鶏肉のとろみ煮 南瓜の出汁煮 青菜のスープ デザート	芋粥	食パン 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 南瓜 キャベツ ほうれん草 果物
13	木	きのこうどん 豆腐の甘辛煮 キャベツのくったり煮 デザート	野菜粥	うどん 精白米 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ 果物
14	金	軟飯 カレイの和風煮 野菜煮 野菜のすまし汁 デザート	人参粥	精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 里芋 大根 長ねぎ 小松菜 里芋 果物
15	土	トースト 豆腐のとろみ煮 野菜煮 キャベツのスープ デザート	うどん粥	食パン うどん 豆腐 玉ねぎ 人参 キャベツ ズッキーニ 胡瓜 ブロッコリー 果物
29		軟飯 鶏肉の和風煮 野菜煮 野菜の味噌汁 デザート	トースト	精白米 食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 小松菜 果物
17	月	野菜うどん 豆腐のとろみ煮 野菜煮 デザート	野菜粥	うどん 精白米 豆腐 玉ねぎ 人参 ほうれん草 もやし じゃが芋 果物
18	火	軟飯 カレイの甘辛煮 かぶの味噌汁 ほうれん草と南瓜の煮物 デザート	人参粥	精白米 カレイ 玉ねぎ 人参 かぶ ほうれん草 南瓜 果物

初期、中期食は献立をもとに使用できる食材を選んで提供しています。