



令和7年度6月離乳食献立予定表

あゆみ保育園

給食 丹生 佳奈

色とりどりの紫陽花の花が美しく映える季節になりました。
今月も発達に合わせて大きさや固さを工夫し、お子様の様子を見ながら楽しい食事の時間となるように離乳食を進めていきたいと思ひます。
また、気温も上がり暑くなってくる時期なので水分補給にも十分注意してまいります。



日	曜 日	初期 (1回食となります)	中期 (午後食はありません)	後期			
		メニューと食材	メニュー	食材	昼食	午後食	食材
2	月	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のとりみ煮 野菜の納豆煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ キャベツ 納豆 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜の納豆煮 ぼっかけ汁 デザート	うどん粥	精白米 うどん 鶏肉 人参 玉ねぎ キャベツ 長ねぎ ピーマン 納豆 バナナ
30							
3	火	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	パン粥 鶏肉のとりみ煮 じゃが芋の柔らか煮 だし汁 デザート	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	トースト 鶏肉の洋風煮 じゃが芋の柔らか煮 若布のスープ デザート	野菜粥	食パン 鶏肉 人参 玉ねぎ じゃが芋 若布 精白米 ツナ ピーマン 長ねぎ バナナ
4	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレイのとりみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 小松菜のくったり煮 じゃが芋ときのこの味噌汁 デザート	人参粥	精白米 カレイ 人参 玉ねぎ 小松菜 じゃが芋 長ねぎ 若布 椎茸 えのき ほうれん草 バナナ
5	木	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のとりみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ 豆腐 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 ほうれん草のくったり煮 野菜スープ デザート	ほうれん草粥	精白米 鶏肉 ほうれん草 人参 玉ねぎ 小松菜 椎茸 長ねぎ 豆腐 バナナ
26							
6	金	10倍粥ペースト 大根ペースト	うどん粥 豆腐の納豆煮 野菜煮 だし汁 デザート	うどん 豆腐 納豆 人参 玉ねぎ キャベツ 大根 バナナ	野菜うどん 豆腐の納豆煮 小松菜のくったり煮 デザート	鮭粥	うどん 精白米 豆腐 納豆 小松菜 人参 玉ねぎ 鮭 キャベツ なめこ えのき 大根 バナナ
27							
7	土	10倍粥ペースト 人参ペースト	さつま芋と南瓜のお粥 白身魚と野菜の洋風煮 込み だし汁 バナナ	精白米 人参 南瓜 鰯 豆乳 さつま芋 りんご 玉ねぎ じゃが芋 バナナ	鶏と野菜のリゾット 鮭のホワイトシチュー じゃが芋と若布の味噌汁 バナナ	ツナときのこの リゾット	精白米 鶏肉 鮭 玉ねぎ 人参 若布 南瓜 ブロッコリー じゃが芋 舞茸 ツナ バナナ 大根 ピーマン カリフラワー 牛蒡 キャベツ
21							
9	月	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	7倍粥 鶏肉のとりみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 じゃが芋 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 野菜煮 野菜スープ デザート	野菜粥	精白米 鶏肉 人参 玉ねぎ 胡瓜 じゃが芋 バナナ
10	火	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	パン粥 鶏肉のとりみ煮 ブロッコリーと胡瓜の 柔らか煮 だし汁 デザート	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 胡瓜 豆腐 キャベツ バナナ ほうれん草	トースト 鶏肉の洋風煮 ブロッコリーと胡瓜の 柔らか煮 豆腐のスープ デザート	うどん粥	食パン 鶏肉 玉ねぎ 人参 ブロッコリー 胡瓜 うどん 豆腐 干し椎茸 キャベツ バナナ ほうれん草
11	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレイのとりみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 デザート	精白米 カレイ ほうれん草 人参 玉ねぎ 大根 バナナ	5倍粥 カレイの甘辛煮 ほうれん草のくったり煮 野菜の味噌汁 デザート	人参粥	精白米 カレイ ほうれん草 人参 玉ねぎ 干し椎茸 ピーマン 大根 バナナ 豆腐 長ねぎ

日	曜日	初期 (1回食となります)	中期 (午後食はありません)	後期		
		メニューと食材	メニュー	食材	昼食	午後食 食材
12	木	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 豆腐のトロみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	精白米 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	5倍粥 豆腐の甘辛煮 野菜煮 中華風スープ デザート	野菜粥 精白米 豆腐 人参 玉ねぎ 長ねぎ ほうれん草 小松菜 椎茸 若布 バナナ
13	金	10倍粥ペースト ブロッコリーペースト	うどん粥 じゃが芋と鶏肉のトロみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 デザート	うどん じゃが芋 人参 玉ねぎ ほうれん草 鶏肉 茄子 ブロッコリー ほうれん草 キャベツ バナナ	野菜うどん じゃが芋と鶏肉の洋風煮 ほうれん草のくったり煮 デザート	芋粥 うどん じゃが芋 人参 玉ねぎ 精白米 ほうれん草 鶏肉 茄子 ブロッコリー ほうれん草 キャベツ 椎茸 しめじ 長ねぎ もやし バナナ
14	土 28	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	柔らか鶏のおかゆ 彩野菜の汁椀 だし汁 バナナ	精白米 玉ねぎ 鶏ほぐし身 人参 じゃが芋 さやいんげん バナナ	ツナと野菜の 炊き込みごはん 筑前煮 豆腐と若布の味噌汁 バナナ	鶏と根菜の 炊き込み ごはん 精白米 人参 ツナ缶 いんげん ごぼう 里芋 豆腐 若布 鶏肉 しいたけ バナナ キャベツ 大根 ピーマン ブロッコリー 鮭 ほうれん草
16	月	10倍粥ペースト 人参ペースト	パン粥 カレーの納豆煮 野菜煮 だし汁 デザート	食パン カレイ 人参 玉ねぎ 納豆 豆腐 バナナ 胡瓜	トースト カレーの納豆煮 野菜煮 野菜スープ デザート	野菜粥 食パン カレイ 人参 玉ねぎ 精白米 若布 納豆 豆腐 バナナ 胡瓜
17	火	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 キャベツの柔らか煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 キャベツの柔らか煮 チンゲン菜の味噌汁 デザート	人参粥 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 キャベツ チンゲン菜 椎茸 胡瓜 バナナ
18	水	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	うどん粥 カレーのトロみ煮 ほうれん草のくったり煮 だし汁 デザート	うどん カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	野菜うどん カレーの和風煮 ほうれん草のくったり煮 デザート	ほうれん草粥 うどん カレイ 人参 玉ねぎ ほうれん草 精白米 小松菜 あさつき 長ねぎ バナナ
19	木	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 ほうれん草 バナナ	5倍粥 鶏肉の洋風煮 野菜煮 しめじとえのきのスープ デザート	野菜粥 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 しめじ えのき トマト 長ねぎ ほうれん草 バナナ
20	金	10倍粥ペースト ほうれん草ペースト	7倍粥 カレーのトロみ煮 茄子の柔らか煮 だし汁 デザート	精白米 カレイ 茄子 豆腐 人参 玉ねぎ ほうれん草 バナナ	5倍粥 カレーの味噌煮 茄子の柔らか煮 豆腐と野菜のくずし汁 デザート	うどん粥 精白米 カレイ 茄子 豆腐 うどん 人参 玉ねぎ ほうれん草 長ねぎ 椎茸 若布 バナナ
23	月	10倍粥ペースト 人参ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 野菜の納豆煮 だし汁 デザート	精白米 人参 玉ねぎ 鶏肉 じゃが芋 納豆 キャベツ バナナ	5倍粥 鶏肉の和風煮 野菜の納豆煮 じゃが芋と青菜の味噌汁 デザート	芋粥 精白米 人参 玉ねぎ 鶏肉 じゃが芋 納豆 長ねぎ 白菜 キャベツ もやし 小松菜 バナナ
24	火	10倍粥ペースト じゃが芋ペースト	7倍粥 鶏肉のトロみ煮 じゃが芋のだし煮 だし汁 デザート	精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 バナナ	5倍粥 鶏肉の甘辛煮 じゃが芋のだし煮 青菜と麴の味噌汁 デザート	人参粥 精白米 鶏肉 玉ねぎ 人参 じゃが芋 小松菜 麴 干し椎茸 もやし バナナ
25	水	10倍粥ペースト 人参ペースト	パン粥 カレーのトロみ煮 野菜煮 だし汁 デザート	食パン カレイ 人参 玉ねぎ 胡瓜 バナナ	トースト カレーのトマト煮 野菜煮 もやしと小松菜のスープ デザート	野菜粥 食パン カレイ トマト 人参 玉ねぎ もやし 小松菜 精白米 椎茸 若布 胡瓜 バナナ

※じゃが芋、ほうれん草、南瓜、ブロッコリーは常備菜として冷凍保管している為、
献立に記載されていない場合でも使用することがありますのでご了承ください。