

令和7年6月分離乳食献立表

いろは保育園

日付		曜日	献立名			主な食品群		
			午前おやつ	午前食	午後食	血や肉をつくるもの 赤群	力や体温となるもの 黄群	体の調子をよくするもの 緑群
2	16	月	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 鶏挽肉のくわ焼き チンゲン菜の和え物 すまし汁	鶏挽肉とチンゲン菜の雑炊 キャベツスープ みかん缶	とり肉,ツナ缶,わかめ,かつお節	胚芽米,小麦粉,油,砂糖	たまねぎ,しょうが,チンゲンサイ,にんじん,キャベツ,ねぎ,みかん缶
3	17	火	ミルクまたはフォローアップミルク	磯軟飯 スティックチーズ きゅうりやわらか煮 みそ汁	野菜粥 豆腐スープ 白桃缶	しらす干し,わかめ,チーズ,豆腐,かつお節,みそ	胚芽米,砂糖,油	にんじん,きゅうり,ねぎ,白桃缶,たまねぎ
4	18	水	りんご果汁	軟飯 シーチキンミルクカレー 和風グリーンサラダ 麦茶	パン粥 野菜のスープ煮 ヨーグルト	ツナ缶,ミルク,牛乳	胚芽米,じゃがいも,油,砂糖,食パン	りんご果汁,たまねぎ,にんじん,ピーマン,レタス,キャベツ,きゅうり
5	19	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 筑前煮 キャベツの中華和え みそ汁	ツナリゾット なすの煮びたし みかん缶	とり肉,かつお節,みそ	胚芽米,さといも,油,砂糖,片栗粉	にんじん,キャベツ,たまねぎ,なす,ねぎ,みかん缶,チンゲン菜
6	20	金	ヨーグルト	軟飯 かれいの磯辺焼き 納豆和え えのきスープ	すりおろし人参リゾット じゃが芋スープ 白桃缶	ヨーグルト,かれい,あおのり,納豆,かつお節	胚芽米,小麦粉,油,じゃがいも,砂糖	もやし,ほうれんそう,えのき,にんじん,ねぎ,たまねぎ,白桃缶
7	21	土	バナナ	スープスパゲティ トマト 麦茶	食パン ほうれん草のバター炒め 麦茶	ぶた肉	スパゲッティ,食パン,バター	バナナ,たまねぎ,にんじん,ほうれんそう,トマト
9	23	月	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 鮭フレーク 野菜の甘酢あえ みそ汁	おかか粥 人参甘煮 ヨーグルト	塩ざけ,かつお節,みそ,ヨーグルト	胚芽米,砂糖	キャベツ,にんじん,だいこん,ねぎ
10	24	火	りんご果汁	軟飯 豚肉と白菜の炒め煮 もやしのもみ漬け もずくスープ	やわらかマカロニナポリタン わかめスープ 10日 メロン 24日 白桃缶	ぶた肉,もずく,豆腐,わかめ	胚芽米,油,片栗粉,マカロニ	りんご果汁,はくさい,にんじん,しょうが,ねぎ,もやし,たまねぎ,ピーマン 10日 メロン 24日 白桃缶
11	25	水	ヨーグルト	食パン 鶏挽肉のサラダ風マリネ リヨネーズポテト スープ	のり粥 ポテトスープ みかん缶	ヨーグルト,とり肉,ツナ缶,のり,かつお節	食パン,片栗粉,油,砂糖,じゃがいも,バター,胚芽米	きゅうり,トマト,たまねぎ,パセリ,にんじん,みかん缶
12	26	木	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 ハヤシライス コールスローサラダ 麦茶	パン粥 挽肉スープ ヨーグルト	牛乳,ぶた肉,ミルク,ヨーグルト	胚芽米,油,小麦粉,バター,砂糖,食パン	たまねぎ,にんじん,しめじ,キャベツ
13	27	金	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 さわらの煮付け さわやかレモン漬け すまし汁	冷やしうどん スティックチーズ キャベツスープ	さわら,わかめ,かつお節,のり,チーズ	胚芽米,油,砂糖,干しうどん	キャベツ,きゅうり,レモン,はくさい,ねぎ,しょうが
14	28	土	バナナ	焼きそば きゅうりやわらか煮 麦茶	菜飯粥 キャベツ炒め 人参スープ	ぶた肉,あおのり	中華めん,油,胚芽米	バナナ,たまねぎ,にんじん,もやし,キャベツ,きゅうり
	30	月	りんご果汁	軟飯 豚挽肉の生姜焼き 小松菜の海苔和え すまし汁	中華風粥 小松菜のスープ みかん缶	ぶた肉,のり,かつお節	胚芽米,油	りんご果汁,たまねぎ,しょうが,こまつな,もやし,にんじん,だいこん,ねぎ,みかん缶

◇都合により献立を変更する場合がありますのでご了承ください。