

令和8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	
1	15	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 スティックチーズ	とり肉,ツナ缶,わかめ,かつお節,チーズ	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
2	16	火	ヨーグルト	磯軟飯 スティックチーズ 胡瓜やわか煮 みそ汁	パン粥 ゆでじゃがいも 豆腐スープ	ヨーグルト,しらす干し,わかめ,豆腐,かつお節,牛乳,みそ,チーズ	胚芽米,砂糖,油,食パン,じゃがいも	にんじん,きゅうり,ねぎ,たまねぎ
3	17	水	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 シーチキンミルクカレー 和風グリーンサラダ 麦茶	野菜粥 キャロットスープ 白桃缶	ツナ缶,ミルク,かつお節	胚芽米,じゃがいも,油,砂糖	たまねぎ,にんじん,ピーマン,レタス,キャベツ,きゅうり,白桃缶
4	18	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 じゃが芋スープ	とり肉,かつお節,みそ,ツナ缶	胚芽米,さといも,油,砂糖,片栗粉,じゃがいも	にんじん,キャベツ,たまねぎ,なす,ねぎ
5	19	金	りんご果汁	軟飯 かれいの磯辺焼き 納豆和え えのきスープ	人参リゾット 玉葱コンソメ煮 青菜スープ	かれい,あおのり,納豆,かつお節	胚芽米,小麦粉,油,砂糖	りんご果汁,もやし,ほうれんそう,えのき,にんじん,ねぎ,たまねぎ
6	20	土	バナナ	スパゲティミートソース トマト 麦茶	わかめ粥 ほうれん草のバター炒め 麦茶	ふた肉,わかめ	スパゲッティ,小麦粉,油,砂糖,胚芽米,バター	バナナ,たまねぎ,にんじん,ピーマン,トマト,ほうれんそう
8	22	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	にゅうめん ヨーグルト	塩ざけ,かつお節,とり肉,みそ,ヨーグルト	胚芽米,砂糖,そうめん,油,片栗粉	キャベツ,にんじん,だいこん,ねぎ,しめじ
9	23	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 9日 メロン 23日 白桃缶	ふた肉,もずく,豆腐,わかめ	胚芽米,油,片栗粉,砂糖,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 9日 メロン 23日 白桃缶
10	24	水	ヨーグルト	みそラーメン レモン漬け トマト	野菜リゾット お麩のバター煮 人参スープ	ヨーグルト,鶏がらだし,ふた肉,みそ	中華めん,油,砂糖,焼きふ,バター,グラニュー糖	たまねぎ,ねぎ,しょうが,にんにく,もやし,にんじん,キャベツ,にら,きゅうり,レモン,トマト
11	25	木	ミルクまたはフォローアップミルク	食パン 鶏挽肉のサラダ風マリネ リヨネーズポテト オニオンスープ	おかか粥 じゃがいもコンソメ煮 トマトスープ	とり肉,ツナ缶,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
12	26	金	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	キャベツリゾット 人参甘煮 挽肉スープ	ふた肉,ミルク	胚芽米,油,小麦粉,バター,砂糖	たまねぎ,にんじん,キャベツ
13	27	土	バナナ	焼きそば 胡瓜やわか煮 麦茶	菜飯粥 キャベツ炒め にんたまスープ	ふた肉,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
	29	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	パン粥 小松菜のソテー 大根のスープ	ふた肉,のり,かつお節,牛乳	胚芽米,油,食パン,砂糖	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
	30	火	ミルクまたはフォローアップミルク	軟飯 いわしの蒲焼風 キャベツと人参の酢の物 みそ汁	冷やしうどん スティックチーズ キャベツスープ	いわし,豆腐,かつお節,のり,みそ,チーズ	胚芽米,片栗粉,油,砂糖,干しうどん	キャベツ,にんじん,オクラ,ねぎ,きゅうり

◇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。