



離乳食献立表



2024年6月

村雨こども園・村雨こども園愛分園・村雨こども園なぎさ分園

日 曜	時間帯	献立	材 料 名			
			黄	赤	緑	
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	その他
1 土	昼食	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 じゃがいものポタージュ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	にんじん、こまつな	だし汁、しょうゆ だし汁、食塩
3 月	昼食	おかゆ 鯛の蒸し煮 白菜の和え物 さつまいもの味噌汁 フルーツ	米 さつまいも	たい みそ	はくさい、キャベツ たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、
4 火	昼食	おかゆ 鯛のうま煮 小松菜の和え物 豆腐のすまし汁 フルーツ	米	たい 木綿豆腐	こまつな、キャベツ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ
5 水	昼食	おかゆ 鶏のやわらか煮 マッシュポテト 玉ねぎのスープ フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、チンゲン菜 たまねぎ、にんじん バナナ	だし汁、食塩 だし汁
6 木	昼食	おかゆ 鶏の蒸し焼き 大根のだし煮 ほうれん草のスープ フルーツ	米	鶏ささみ	だいこん、にんじん たまねぎ、ほうれん草 バナナ	だし汁 だし汁
7 金	昼食	おかゆ 鯛と野菜の煮物 じゃがいもの旨煮 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米 じゃがいも	たい	キャベツ、にんじん たまねぎ、かぼちゃ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁、食塩
8 土	昼食	おかゆ 鶏と野菜のポトフ 大根の蒸し煮 フルーツ	米	鶏ささみ	にんじん、たまねぎ だいこん、こまつな	だし汁、食塩 だし汁
10 月	昼食	おかゆ 鯛の塩焼き 大根の炒り煮 キャベツのスープ フルーツ	米	たい	たまねぎ だいこん、にんじん キャベツ、ほうれん草 オレンジ	食塩 だし汁
11 火	昼食	おかゆ 鯛のみそ煮 さつまいものマッシュ ブロッコリーのスープ フルーツ	米 さつまいも	たい、みそ	たまねぎ、こまつな にんじん ブロッコリー、キャベツ バナナ	だし汁 だし汁
12 水	昼食	おかゆ 鶏の蒸し焼き ブロッコリーのソテー じゃがいものポタージュ フルーツ	米 じゃがも	鶏ささみ	ブロッコリー、たまねぎ にんじん オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
13 木	昼食	おかゆ 鶏の煮物 蒸し野菜 ブロッコリーのスープ フルーツ	米	鶏ささみ	キャベツ、にんじん ブロッコリー、たまねぎ バナナ	だし汁、食塩 だし だし汁
14 金	昼食	おかゆ 鯛と野菜の蒸し煮 小松菜のお浸し さつまいもとかぼちゃのスープ フルーツ	米 さつまいも	たい	たまねぎ、にんじん こまつな、キャベツ かぼちゃ バナナ	だし汁 だし汁、しょうゆ
15 土	昼食	鯛めし 野菜のポトフ 白菜のお浸し フルーツ	米	たい	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん にんじん、はくさい	だし汁 だし汁、しょうゆ

17 月	昼食	おかゆ 鯛の煮物 にんじんの甘煮 小松菜の味噌汁 フルーツ	米	たい	たまねぎ、にんじん こまつな、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁
18 火	昼食	おかゆ 鶏と野菜のボトフ キャベツの和え物 フルーツ	米 じゃがいも	鶏ささみ	たまねぎ、にんじん キャベツ、たまねぎ バナナ	だし汁、しょうゆ 食塩
19 水	昼食	おかゆ 鶏と野菜の含め煮 グリーンサラダ 豆腐の味噌汁 フルーツ	米	鶏ささみ みそ、木綿豆腐	キャベツ、にんじん ブロッコリー、たまねぎ たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁
20 木	昼食	おかゆ 鯛の蒸し焼き ほうれん草の和え物 玉ねぎのスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	ほうれん草、にんじん たまねぎ バナナ	食塩 しょうゆ だし汁
21 金	昼食	おかゆ 鯛の煮付 かぼちゃサラダ 野菜スープ フルーツ	米	たい	かぼちゃ、にんじん たまねぎ、ブロッコリー、にんじん バナナ	だし汁、しょうゆ だし汁、 だし汁、
22 土	昼食	おかゆ 鯛と野菜の蒸し煮 にんじんの甘煮 白菜のスープ フルーツ	米 じゃがいも	たい	たまねぎ、ブロッコリー にんじん はくさい、にんじん	だし汁、しょうゆ だし汁 だし汁
24 月	昼食	おかゆ 鯛のあんかけ風 小松菜のお浸し 豆腐のすまし汁 フルーツ	米 さつまいも	たい 豆腐	たまねぎ、こまつな たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ だし汁、食塩
25 火	昼食	おかゆ 鶏と大根の旨煮 ほうれん草の白和え かぼちゃのスープ フルーツ	米	鶏ささみ 木綿豆腐	だいこん ほうれん草、にんじん かぼちゃ、たまねぎ バナナ	だし汁 だし汁、食塩
26 水	昼食	おかゆ 鶏と豆腐の煮物 白菜の和え物 玉ねぎのすまし汁 フルーツ	米	鶏ささみ、木綿豆腐	はくさい、こまつな にんじん、たまねぎ バナナ	食塩 だし汁、食塩
27 木	昼食	おかゆ 豆腐の野菜あんかけ風 にんじんの甘煮 オニオンスープ フルーツ	米	木綿豆腐	ちんげんさい、たまねぎ にんじん たまねぎ オレンジ	だし汁、しょうゆ しょうゆ だし汁
28 金	昼食	おかゆ 鯛の蒸し焼き ブロッコリーのソテー 野菜のスープ フルーツ	米	たい	ブロッコリー、たまねぎ キャベツ、にんじん バナナ	食塩 だし汁
29 土	昼食	おかゆ 鶏と野菜のみそ煮 ほうれん草のスープ フルーツ	米	鶏ささみ、みそ	たまねぎ、にんじん ほうれん草、にんじん	だし汁

※献立は変更にある場合があります。★は新メニューです。

