



6月 離乳食予定献立表



令和3年5月31日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	火	ごはん 五目卵焼き もやしの胡麻和え ピーマンのツナ和え 味噌汁 果物	卵 ひじき 人参 鶏ひき肉 もやし ピーマン ツナ 玉ねぎ わかめ 果物
2	水	ごはん 魚のムニエル ビーフン炒め トマト 味噌汁 果物	魚 人参 きゃべつ 玉ねぎ ビーフン トマト 豆腐 果物
3	木	パン ミートローフ ゆで卵 ブロッコリー 人参煮 スープ 果物	パン 合いびき肉 玉ねぎ 卵 ブロッコリー 人参 りんご ほうれん草 果物
4	金	ピラフ 鶏肉の柔らか煮 大根の千切りサラダ 野菜ポトフ 果物	人参 玉ねぎ ピーマン 大根 きゃべつ コーン 果物
5	土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 幼児果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ 卵 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
7	月	野菜とコーンの煮込みうどん 果物	鶏肉 わかめ ほうれん草 人参 大根 コーン 卵 果物
8	火	ごはん 玉子焼き 小松菜のお浸し 肉じゃが 味噌汁 果物	卵 小松菜 人参 玉ねぎ じゃがいも わかめ 板麩 果物
9	水	ごはん 魚の煮付け きゃべつとコーンのスープ煮 粉ふき芋 味噌汁 果物	魚 きゃべつ コーン じゃがいも ほうれん草 果物
10	木	パン グラタン 肉団子 チョレギサラダ風 玉ねぎのスープ 果物	パン 玉ねぎ マカロニ ミートボール レタス きゅうり わかめ 玉ねぎ 果物
11	金	そぼろ丼 もやしナムル トマト 具沢山味噌汁 果物	とりひき 卵 もやし ほうれん草 人参 トマト 大根 水菜 豆腐 果物
12	土	ごはん 肉じゃが サラダ 幼児果汁	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 卵 レタス きゅうり トマト 幼児果汁
14	月	かしわうどん 果物	うどん 人参 大根 ほうれん草 鶏肉 長ねぎ 卵 果物
15	火	ごはん 鶏肉と野菜のケチャップ煮 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 果物	鶏肉 玉ねぎ 人参 ピーマン ブロッコリー シーチキン 豆腐 果物
16	水	ごはん 魚の味噌煮 筑前煮 きゅうりサラダ 味噌汁 果物	魚 大根 人参 鶏肉 きゅうり きゃべつ 果物
17	木	<愛情弁当の日> 納豆ほうれん草ごはん さつま芋煮 きゃべつと人参のスープ煮 果汁	納豆 しらす ほうれん草 きゃべつ 人参 玉ねぎ さつま芋 果汁
18	金	鮭わかめごはん けの汁 かぼちゃサラダ きゃべつ煮 果物	鮭 わかめ 人参 大根 豆腐 かぼちゃ きゃべつ 果物
19	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	鶏肉 玉ねぎ 卵 じゃがいも レタス きゅうり トマト 幼児果汁
21	月	野菜と卵の煮込みそうめん 果物	そうめん 人参 ほうれん草 豚肉 卵 長ねぎ 果物
22	火	ごはん 焼肉 豆腐サラダ トマト 味噌汁 果物	豚肉 玉ねぎ 豆腐 レタス きゅうり トマト 白菜 果物
23	水	ごはん 魚の野菜あんかけ かぼちゃ煮 味噌汁 果物	魚 玉ねぎ 人参 かぼちゃ しめじ 卵 果物
24	木	<お誕生会>チャーハン 棒棒鶏風サラダ トマト コーンスープ 果物	卵 豚肉 長ねぎ 人参 きゅうり もやし トマト コーン 果物
25	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 納豆 果物	納豆 大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 マカロニ きゅうり 納豆 果物
26	土	あんかけ豚丼 サラダ 幼児果汁	豚肉 人参 じゃがいも 玉ねぎ 卵 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
28	月	カレーうどん風 果物	人参 玉ねぎ 豚肉 ほうれん草 長ねぎ 果物
29	火	ごはん 玉子焼き 白菜のお浸し 芋マッシュ 豚汁風味味噌汁 果物	卵 白菜 人参 玉ねぎ じゃがいも 豚肉 果物
31	水	ごはん チキンボール 人参しりしり ひじきサラダ 味噌汁 果物	チキンボール 人参 シーチキン 卵 ひじき 玉ねぎ 果物

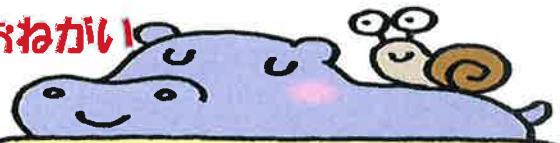
◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかでお出ししています。
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

手づかみ食べを しっかりさせましょう



10か月ごろになると、食べ物を手づかみで食べようと
する赤ちゃんが増えてきます。手づかみ食べは、「自分で
食べる」ことのスタートですから、積極的にさせたいもの。
ゆでたにんじんやトーストなどをスティック状に切ったも
の、ひと口大のおにぎりなど、手づかみしやすいメニュー
を用意しましょう。手づかみ食べをしっかりとさせることで、
自分で食べる意欲が育ちます。

おねがい!



食べ物によるアレルギー症状や体質的に留
意が必要な場合はすぐにお知らせください。
食材除去食、対応食を用意します。
アレルギーの場合は医師の所見等も添えて
詳細にお知らせください。