



6月 離乳食予定献立表



令和5年5月31日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	木	パン ポテトオムレツ ほうれん草のソテー 人参煮 わかめと麩のスープ 果物	パン 卵 豚ひき じゃがいも ほうれん草 コーン 人参 わかめ 麩 果物
2	金	ひじきごはん 鶏の照り焼き トマト もやしの和え物 きこの澄まし汁 果物	ひじき 鶏肉 トマト もやし 人参 しめじ えのき 果物
3	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
5	月	野菜そうめん煮 果物	そうめん 焼豚 もやし 人参 わかめ 長ねぎ 果物
6	火	ごはん 豆腐あんかけ 小松菜のツナ和え 味噌汁 果物	玉ねぎ 人参 ほうれん草 とりひき ツナ 小松菜 じゃがいも 果物
7	水	ごはん 焼鮭 ほうれん草和え物 かぼちゃ煮 豚汁風味噌汁 オレンジ	鮭 ほうれん草 人参 かぼちゃ 玉ねぎ オレンジ
8	木	パン ハンバーグ 大根煮 ブロッコリー 中華コーンスープ 果物	パン 合いびき肉 玉ねぎ 卵 大根 人参 コーン ブロッコリー 果物
9	金	納豆ごはん けんちん汁 キャベツのスープ煮 芋マッシュ 果物	納豆 人参 大根 長ねぎ 鶏肉 キャベツ 豚ひき じゃがいも 果物
10	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
12	月	肉うどん 果物	うどん わかめ 小松菜 卵 豚肉 長ねぎ 果物
13	火	ごはん 卵焼き ひじき煮 野菜炒め煮 味噌汁 果物	卵 ひじき 人参 きゃべつ 玉ねぎ もやし 豆腐 果物
14	水	ごはん 魚の味噌煮 ビーフン炒め風 ほうれん草のお浸し 味噌汁 果物	魚 人参 椎茸 きゃべつ 玉ねぎ 豚肉 ほうれん草 大根 果物
15	木	パン 人参しりしり ブロッコリーサラダ コーンポテト スープ 果物	パン 人参 ツナ 卵 ブロッコリー コーン じゃがいも 玉ねぎ 果物
16	金	焼き鳥丼 小松菜の和え物 トマト 具沢山味噌汁 果物	鶏肉 玉ねぎ 小松菜 人参 もやし トマト 豆腐 大根 長ねぎ わかめ 果物
17	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
19	月	野菜とコーンの煮込みうどん 果物	卵 豚肉 長ねぎ 人参 コーン ほうれん草 果物 うどん
20	火	ごはん 酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 味噌汁 果物	ミートボール 人参 玉ねぎ ピーマン 椎茸 ブロッコリー ツナ なす 果物
21	水	ごはん 焼き魚 コールスローサラダ風 かぼちゃ煮 味噌汁 果物	魚 きゃべつ 人参 きゅうり かぼちゃ しめじ えのき 果物
22	木	<お誕生会>チャーハン ミートボール トマト 豚肉とピーマンの炒め煮 わかめスープ 果物	卵 長ねぎ ミートボール トマト 豚肉 ピーマン わかめ 果物
23	金	納豆ご飯 豚汁 スパゲティーサラダ 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 スパゲティー きゅうり 納豆 果物
24	土	🍱 お弁当の日 🍱	
26	月	野菜あんかけうどん 果物	人参 玉ねぎ 豚肉 長ねぎ 卵 うどん 果物
27	火	ごはん 鶏肉の柔らか煮 もやしナムル風 大根煮 味噌汁 果物	鶏肉 玉ねぎ もやし 人参 ほうれん草 大根 キャベツ 果物
28	水	ごはん 白身魚のねぎソース煮 野菜のお浸し さつま芋煮 味噌汁 果物	白身魚 長ねぎ 万能ねぎ 白菜 人参 さつま芋 卵 果物
29	木	ごはん 煮込みハンバーグ じゃこピーマン 春雨サラダ かきたま汁 オレンジ	ハンバーグ ピーマン じゃこ 春雨 人参 きゅうり 卵 えのき 果物
30	金	とうもろこしごはん ちゃんぽんスープ風 つくね きゅうりの出汁和え 果物	コーン きゃべつ もやし 人参 玉ねぎ 豚肉 とりひき きゅうり 果物

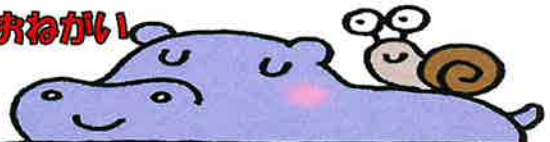
◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておゆ、軟飯、ごはんのいずれかで提供しています。
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

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。

おわがい



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。