



6月 離乳食予定献立



令和6年5月31日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	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
3	月	かしわうどん 果物	鶏肉 長ねぎ わかめ ほうれん草 卵 うどん 果物
4	火	ごはん 酢豚風 ブロッコリーのツナ和え 麩の味噌汁 果物	鶏肉 人参 ピーマン 玉ねぎ 椎茸 ブロッコリー ツナ 果物
5	水	ごはん 焼鮭 ほうれん草のお浸し 人参の白和え 豚汁風味味噌汁 果物	鮭 ほうれん草 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 果物
6	木	パン じゃがいものクリーム煮 人参しりしり 玉ねぎのスープ 果物	パン じゃがいも ほうれん草 人参 卵 ツナ 玉ねぎ 果物
7	金	納豆ごはん 鶏肉のトマト煮 ブロッコリー煮 けんちん汁 果物	納豆 トマト 鶏もも肉 ブロッコリー 人参 大根 豆腐 果物
8	土	ごはん 肉豆腐 もやしの和え物 味噌汁 果物	豆腐 牛肉 長ねぎ えのき 白菜 もやし 人参 きゃべつ 果物
10	月	ふわふわ卵煮込みにゆう麺 果物	そうめん ほうれん草 人参 大根 長ねぎ 鶏肉 卵 果物
11	火	ごはん チャブチエ 卵焼き ほうれん草の煮びたし 白菜の味噌汁 果物	春雨 人参 ピーマン 豚肉 卵焼き ほうれん草 白菜 果物
12	水	ごはん 魚の味噌煮 トマト 大根とひじき煮 卵と玉ねぎの味噌汁 果物	魚 トマト 大根 ひじき 卵 玉ねぎ 果物
13	木	ごはん 鶏肉の柔らか煮 ブロッコリーサラダ もやし炒め かきたま汁 果物	鶏肉 ブロッコリー 人参 もやし えのき 卵 果物
14	金	とうもろこしごはん ちゃんぽん風スープ チキンボール きゃべつのスープ煮 果物	コーン もやし 人参 豚肉 チキンボール きゃべつ 果物
15	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏もも肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
17	月	肉うどん 果物	うどん わかめ 小松菜 卵 豚肉 長ねぎ 果物
18	火	ごはん じゃがいもマッシュ 肉みそきゃべつ 人参サラダ 大根の味噌汁 果物	ごはん じゃがいも 豚ひき きゃべつ 人参 玉ねぎ 大根 果物
19	水	ごはん 煮魚 ポテトサラダ キャベツのスープ煮 きこの味噌汁 果物	魚 じゃがいも 人参 玉ねぎ きゅうり きゃべつ しめじ えのき 果物
20	木	<お誕生会>チャーハン ミートボールのトマト煮 ほうれん草のお浸し わかめスープ 果物	焼豚 長ねぎ 人参 卵 トマト ミートボール ほうれん草 わかめ 万能ねぎ 果物
21	金	炊き込みご飯 春雨サラダ 卵焼き きゃべつの味噌汁 果物	鶏もも 人参 椎茸 春雨 きゅうり ツナ 卵 きゃべつ 果物
22	土	二色丼 野菜サラダ 果汁	とりひき 人参 レタス きゅうり トマト 卵 果汁
24	月	野菜とコーンのそうめん 果物	卵 豚肉 人参 わかめ 長ねぎ コーン ほうれん草 そうめん 果物
25	火	ごはん ハンバーグ 温野菜サラダ トマト コーンスープ 果物	合いびき肉 玉ねぎ 卵 ブロッコリー 人参 トマト コーン 果物
26	水	ごはん 白身魚のねぎソース 野菜のお浸し さつまいもの甘煮 豆腐の味噌汁 果物	魚 長ねぎ 白菜 人参 さつまいも 豆腐 果物
27	木	パン 照り焼きチキン スパ炒め サラダ 卵スープ 果物	鶏もも肉 スパゲティ 玉ねぎ レタス きゅうり 人参 コーン 果物
28	金	納豆ご飯 豚汁 マカロニサラダ 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 マカロニ きゅうり 納豆 果物
29	土	🍱 お弁当の日 🍱	

◎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。