

# 令和6年6月 離乳食予定献立表

きりん保育園

| 月                                                                                                                                                                                                                       | 火                                                                                    | 水                                                                     | 木                                                                                  | 金                                                                                          | 土                                                                           |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------------------------------------------------------|
| <p>離乳食は上手に食べ物を噛んで食べる練習の時期です<br/>                     たくさん噛んで食べると唾液がでて、消化も良くなり、虫歯にもなりにくくなります<br/>                     まず、楽しく食べる環境を作ってカミカミごっくと声かけしながら<br/>                     月齢に合わせて食材をカットし軟らかく煮て食べやすくしてあげる事がポイントです</p> |                                                                                      |                                                                       |                                                                                    |                                                                                            | <p>1 お粥<br/>煮奴<br/>胡瓜のおろし煮<br/>ほうれん草のみそ汁</p>                                |
|                                                                                                                                                                                                                         |                                                                                      |                                                                       |                                                                                    |                                                                                            | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 絹ごし豆腐 玉葱 にんじん<br/>グリーンピース ほうれん草<br/>かつお節 オレンジ</p>      |
| <p>3 お粥<br/>豆腐煮物<br/>大根煮物<br/>鶏とじゃが芋の味噌汁</p>                                                                                                                                                                            | <p>4 お粥<br/>煮魚<br/>野菜煮物<br/>小松菜の味噌汁</p>                                              | <p>5 お粥<br/>煮奴<br/>じゃが芋マッシュ<br/>かつおだし汁</p>                            | <p>6 お粥<br/>煮魚<br/>ピーマン煮込み<br/>豚汁</p>                                              | <p>7 お粥<br/>豚肉の柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                                                | <p>8 お粥<br/>煮魚<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                                      |
| <p>野菜雑炊 オレンジ<br/>米 沖縄豆腐 大根 豚肉<br/>いんげん 鶏もも肉 じゃが芋<br/>人参 かつお節 オレンジ</p>                                                                                                                                                   | <p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ<br/>米 赤魚 人参 玉葱<br/>南瓜 小松菜 かつお節<br/>さつま芋</p>                         | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 絹ごし豆腐 豚挽き肉 玉葱<br/>レタス トマト じゃが芋 大根<br/>かつお節</p>   | <p>レバー雑炊 かつおだし汁<br/>米 白身魚 豚肉 人参<br/>玉葱 ピーマン 黄ピーマン<br/>ごぼう じゃが芋 かつお節<br/>鶏レバー</p>   | <p>野菜雑炊 バナナ<br/>米 豚肉 かつお節 ささみ<br/>玉葱 人参 胡瓜 バナナ</p>                                         | <p>米 鮭 玉葱 人参<br/>グリーンピース 絹ごし豆腐<br/>かつお節</p>                                 |
| <p>10 お粥<br/>チキンの柔らか煮<br/>じゃが芋と野菜の煮物<br/>ほうれん草のみそ汁</p>                                                                                                                                                                  | <p>11 お粥<br/>煮魚<br/>ごぼう煮物<br/>じゃが芋のみそ汁</p>                                           | <p>12 お粥<br/>チキンの柔らか煮<br/>ブロッコリー煮物<br/>かつおだし汁</p>                     | <p>13 お粥<br/>煮魚<br/>茄子煮物<br/>かつおだし汁</p>                                            | <p>14 お粥<br/>豚肉の柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                                               | <p>15 お粥<br/>豚肉の柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>大根のすまし汁</p>                               |
| <p>野菜雑炊 バナナ<br/>米 鶏もも肉 人参 玉葱<br/>じゃが芋 ほうれん草 かつお節<br/>バナナ</p>                                                                                                                                                            | <p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ<br/>米 白身魚 ごぼう 人参<br/>豚肉 じゃが芋 玉葱 かつお節<br/>さつま芋</p>                   | <p>野菜雑炊 バナナ<br/>米 鶏もも肉 鶏レバー 玉葱<br/>人参 じゃが芋 南瓜 バナナ<br/>ブロッコリー かつお節</p> | <p>青菜雑炊 コーン煮物<br/>米 ホールコーン缶 白身魚<br/>茄子 鶏もも肉 玉葱 ピーマン<br/>黄ピーマン トマト 小松菜<br/>かつお節</p> | <p>野菜雑炊 オレンジ<br/>米 豚肉 人参 玉葱<br/>ピーマン オクラ 胡瓜<br/>かつお節 オレンジ</p>                              | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 豚肉 玉葱 にんじん<br/>キャベツ 大根 かつお節</p>                        |
| <p>17 お粥<br/>煮奴<br/>野菜煮物<br/>さつま芋と玉葱の味噌汁</p>                                                                                                                                                                            | <p>18 お粥<br/>豚肉の柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>ゆし豆腐汁</p>                                          | <p>19 お粥<br/>煮魚<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                               | <p>20<br/>お弁当</p>                                                                  | <p>21 お粥<br/>チキンの柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                                              | <p>22 お粥<br/>チキンの柔らか煮<br/>野菜煮物<br/>じゃが芋のみそ汁</p>                             |
| <p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ<br/>米 絹ごし豆腐 人参 玉葱<br/>いんげん 大根 胡瓜 さつま芋<br/>かつお節</p>                                                                                                                                                     | <p>野菜雑炊 ヨーグルトバナナ<br/>米 豚肉 玉葱 赤ピーマン<br/>人参 ブロッコリー ゆし豆腐<br/>かつお節 バナナ<br/>プレーンヨーグルト</p> | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 鮭 玉葱 胡瓜 人参<br/>ゴーヤー 豚肉 かつお節</p>                  | <p>赤ちゃん菓子 バナナ</p>                                                                  | <p>野菜雑炊 オレンジ<br/>米 鶏もも肉 鶏レバー 玉葱<br/>人参 じゃが芋 胡瓜 キャベツ<br/>赤ピーマン かつお節 オレンジ</p>                | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 鶏もも肉 玉葱 人参<br/>じゃが芋 ブロッコリー かつお節</p>                    |
| <p>24 お粥<br/>煮魚<br/>野菜煮物<br/>かつおだし汁</p>                                                                                                                                                                                 | <p>25 お粥<br/>豆腐煮物<br/>小松菜煮浸し<br/>かつおだし汁</p>                                          | <p>26 お粥<br/>煮魚<br/>冬瓜ンブシー<br/>かつおだし汁</p>                             | <p>27 お粥<br/>チキンの柔らか煮<br/>じゃが芋と野菜の煮物<br/>絹豆腐の味噌汁</p>                               | <p>28 お粥<br/>マーボー豆腐風<br/>ゴーヤー煮込み<br/>かつおだし汁</p>                                            | <p>29 お粥<br/>豚肉の柔らか煮<br/>コーンと野菜の煮物<br/>かつおだし汁</p>                           |
| <p>野菜雑炊 オレンジ<br/>米 白身魚 赤ピーマン 玉葱<br/>キャベツ 人参 沖縄豆腐 豚肉<br/>かつお節 オレンジ</p>                                                                                                                                                   | <p>かんだばーほろほろじゅーしー バナナ<br/>米 人参 玉葱 かつお節<br/>沖縄豆腐 小松菜 バナナ<br/>カズラ 乾しいたけ 豚肉</p>         | <p>野菜雑炊 バナナ<br/>米 鮭 冬瓜 豚肉 人参<br/>沖縄豆腐 かつお節 バナナ</p>                    | <p>野菜雑炊 かつおだし汁<br/>米 鶏もも肉 人参 玉葱<br/>ピーマン 生しいたけ じゃが芋<br/>ほうれん草 絹ごし豆腐<br/>かつお節</p>   | <p>野菜雑炊 さつま芋マッシュ<br/>米 豚挽き肉 玉葱 人参<br/>乾しいたけ グリンピース<br/>沖縄豆腐 ゴーヤー コーン缶<br/>胡瓜 かつお節 さつま芋</p> | <p>野菜雑炊 ヨーグルトバナナ<br/>米 豚肉 鶏レバー 玉葱<br/>人参 ホールコーン缶 かつお節<br/>バナナ プレーンヨーグルト</p> |



※材料、その他の都合により献立を変更することがあります。