

6月 献立表 離乳食(後期)

妻田フェルマータ小規模保育園

日付	献立名		食材名			
	昼食	おやつ (○朝おやつ◎午後おやつ)	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	エネルギーになるもの	その他
1 火	ごはん(後期) たらの煮物 きゅうりと人参のやわらか煮 白菜のスープ	○ハイハイ ◎フライドおさつ	たら	きゅうり、にんじん、はくさい	うるち米、さつまいも、調合油	かつおだし、ハイハイ、食塩
2 水	ごはん(後期) 鶏ひき肉と豆腐の煮物 じゃがいもと人参の煮物 小松菜のスープ	○ウエハース ◎アンパンマンビスケット	鶏ひき肉、絹ごし豆腐	にんじん、こまつな	うるち米、じゃがいも	かつおだし、ウエハース、マリービスケット
3 木	ごはん(後期) 豆腐と玉ねぎの煮物(後期) じゃがいもとほうれん草の煮物 キャベツのスープ	○ポーロ ◎おにぎり	絹ごし豆腐	たまねぎ、ほうれんそう、キャベツ	うるち米、じゃがいも	かつおだし、こいくちしょうゆ、食塩、たまごポーロ
4 金	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) じゃがいもと人参の煮物 たまねぎと人参のスープ	○アンパンマンビスケット ◎チーズ蒸しパン	ツナ缶、牛乳、プロセスチーズ	たまねぎ、にんじん	うるち米、じゃがいも、薄力粉、調合油、上白糖	かつおだし、マリービスケット、ベーキングパウダー
5 土	うどん さつまいも煮物 白菜のスープ	○ハイハイ ◎ポーロ		はくさい	うどん、さつまいも	かつおだし、ハイハイ、たまごポーロ
7 月	ごはん(後期) 鮭の煮物 小松菜とキャベツの煮物 にんじんのスープ	○ハイハイ ◎フルーツヨーグルト	さけ、プレーンヨーグルト	こまつな、キャベツ、にんじん、バナナ	うるち米	かつおだし、ハイハイ
8 火	ロールパン ささみの煮物 じゃがいもとブロッコリーの煮物 小松菜と玉葱のスープ	○ウエハース ◎鶏そぼろおにぎり	鶏ささみ、鶏ひき肉	ブロッコリー、こまつな、たまねぎ、あおのり	ロールパン、じゃがいも、うるち米、上白糖	かつおだし、ウエハース、合成清酒、こいくちしょうゆ、本みりん
9 水	ごはん(後期) しらすと玉ねぎの煮物 きゅうりのやわらか煮 ほうれん草とキャベツのスープ	○ポーロ ◎食パン	しらす干し	たまねぎ、きゅうり、ほうれんそう、キャベツ	うるち米、食パン	かつおだし、たまごポーロ
10 木	ごはん(後期) 鶏ひき肉と玉葱の煮物 かぼちゃの煮物 たまねぎと人参のスープ	○ハイハイ ◎アンパンマンビスケット	鶏ひき肉	たまねぎ、かぼちゃ、にんじん	うるち米	かつおだし、ハイハイ、マリービスケット
11 金	ごはん(後期) ささみの煮物 小松菜と人参の煮物 キャベツと人参のスープ	○ポーロ ◎おはぎ	鶏ささみ	こまつな、にんじん、キャベツ	うるち米	かつおだし、たまごポーロ
12 土	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) 白菜と小松菜のスープ ヨーグルト	○ハイハイ ◎アンパンマンビスケット	ツナ缶、ヨーグルト	たまねぎ、はくさい、こまつな	うるち米	かつおだし、ハイハイ、マリービスケット
14 月	ごはん(後期) ささみの煮物 じゃがいもと小松菜の煮物 りんご	○アンパンマンビスケット ◎おにぎり	鶏ささみ	きゅうり、たまねぎ、乾燥わかめ	うるち米、さつまいも、調合油	かつおだし、ハイハイ
15 火	ごはん(後期) たらの煮物 きゅうりのやわらか煮 たまねぎとわかめのスープ	○ハイハイ ◎焼きさつまいも	たら	こまつな、りんご	うるち米、調合油	かつおだし、たまごポーロ、こいくちしょうゆ
16 水	ごはん(後期) 鶏ひき肉と玉葱の煮物 ブロッコリーの煮物 人参と玉葱のスープ	○ポーロ ◎じゃこ入りご飯のおやき	鶏ひき肉、しらす干し	たまねぎ、ブロッコリー、にんじん、キャベツ	うるち米、じゃがいも	かつおだし、マリービスケット
17 木	食パン ささみの煮物 さつまいも煮物 ブロッコリーと人参のスープ	○ウエハース ◎焼きうどん(後期)	鶏ささみ	ブロッコリー、にんじん、キャベツ、たまねぎ	食パン、さつまいも、うどん、調合油	かつおだし、ウエハース、こいくちしょうゆ
18 金	ごはん(後期) 豆腐と玉ねぎの煮物(後期) にんじんの煮物 ほうれん草のスープ	○アンパンマンビスケット ◎バナナ	絹ごし豆腐	たまねぎ、にんじん、ほうれんそう、バナナ	うるち米	かつおだし、マリービスケット
19 土	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) さつまいも煮物 たまねぎとわかめのスープ	○ハイハイ ◎アンパンマンビスケット	ツナ缶	たまねぎ、乾燥わかめ	うるち米、さつまいも	かつおだし、ハイハイ、マリービスケット
21 月	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) キャベツの煮物 にんじんと玉葱のスープ	○ハイハイ ◎五平餅	ツナ缶	たまねぎ、キャベツ、にんじん	うるち米、上白糖、調合油	かつおだし、ハイハイ、みそ、本みりん
22 火	ごはん(後期) ささみの煮物 きゅうりのやわらか煮 なすと玉葱のスープ	○ウエハース ◎りんごケーキ	鶏ささみ	きゅうり、なす、たまねぎ、りんご	うるち米、薄力粉、上白糖、調合油	かつおだし、ウエハース、ベーキングパウダー
23 水	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) かぼちゃの煮物 小松菜と玉葱のスープ	○アンパンマンビスケット ◎かぼちゃもち(後期)	ツナ缶	たまねぎ、かぼちゃ、こまつな	うるち米、かたくり粉、調合油、上白糖	かつおだし、マリービスケット、こいくちしょうゆ、本みりん、合成清酒
24 木	ごはん(後期) ささみの煮物 キャベツの煮物 たまねぎと人参のスープ	○ポーロ ◎蒸しさつまいも	鶏ささみ	キャベツ、たまねぎ、にんじん	うるち米、さつまいも	かつおだし、たまごポーロ
25 金	ごはん(後期) 鮭の煮物 にんじんの煮物 キャベツとわかめのスープ	○ハイハイ ◎食パン	さけ	にんじん、キャベツ、乾燥わかめ	うるち米、食パン	かつおだし、ハイハイ
26 土	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) ほうれん草と人参の煮物 なすと玉葱のスープ	○ハイハイ ◎ポーロ	ツナ缶	たまねぎ、ほうれんそう、にんじん、なす	うるち米	かつおだし、ハイハイ、たまごポーロ
28 月	ごはん(後期) ツナと玉ねぎの煮物(後期) きゅうりのやわらか煮 たまねぎとわかめのスープ	○ウエハース ◎アンパンマンビスケット	ツナ缶	たまねぎ、きゅうり、乾燥わかめ	うるち米	かつおだし、ウエハース、マリービスケット
29 火	ごはん(後期) ささみの煮物 じゃがいもとブロッコリーの煮物 たまねぎと人参のスープ	○ハイハイ ◎キャラット蒸しパン	鶏ささみ、牛乳	ブロッコリー、たまねぎ、にんじん	うるち米、じゃがいも、薄力粉、調合油、上白糖	かつおだし、ハイハイ、ベーキングパウダー
30 水	ごはん(後期) 鮭の煮物 かぼちゃとほうれん草の煮物 にんじんのスープ	○ポーロ ◎アンパンマンビスケット	さけ	かぼちゃ、ほうれんそう、にんじん	うるち米	かつおだし、たまごポーロ、マリービスケット

