



6月 離乳食だより



認定こども園つばめ・チェリー保育園

		初期		中期				後期・完了食				
		主食	副食	主食	主菜	副菜	おやつ	主食	主菜	副菜	果物	おやつ
1	木	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	ささみのくす煮	たまねぎ だいこんスープ	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	春雨サラダ	オレンジゼリー	雪の宿
2	金	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	にんじん キャベツスープ	バナナ	ごはん	筑前煮	スパゲティサラダ	バナナ	食パン
3	土	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	豆腐 はくさい	ほうれん草スープ	白せんべい		ハヤシライス	もやしのごまサラダ	りんご	チョイスクッキー
4	日											
5	月	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	ささみのくす煮	じゃがいも キャベツスープ	バナナ	ごはん	じゃがいもの小判焼き	大豆と昆布の煮物	バナナ	マカロニきなこ
6	火	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ にんじんスープ	白せんべい	ごはん	カレーのてりやき	厚揚げと野菜の味噌汁	オレンジ	ぱりんこ
7	水	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	豆腐 だいこんスープ	にんじんスティック	バナナ	ごはん	豚肉とごぼうの煮物	大根とツナのサラダ	バナナ	ロールパン
8	木	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 はくさいスープ	白せんべい		野菜うどん	ほうれん草とコーンのサラ	ぶどうゼリー	カルシウムせんべい
9	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	豚肉と大豆の煮物	キャベツとハムのサラダ	オレンジ	ココア蒸しパン
10	土	ベビーフード							愛情弁当			
11	日											
12	月	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん はくさいスープ	白せんべい	ごはん	豚肉の野菜炒め	大根としらすのサラダ	オレンジ	うす塩せんべい
13	火	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草スープ	じゃがいもスティック	バナナ	ごはん	鶏肉のてりやき	ほうれん草のおかか和え	バナナ	お好み焼き
14	水	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮付け	野菜たっぷり味噌汁	オレンジ	まがりせんべい
15	木	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん にんじんスープ	バナナ	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	切干大根のサラダ	バナナ	オレンジゼリー
16	金	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ じゃがいもスープ	白せんべい		和風スパゲティ	キャベツとコーンのサラダ	オレンジ	きなこ蒸しパン
17	土	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	豆腐 ほうれん草	たまねぎスープ	白せんべい	ごはん	マーボ豆腐	ほうれん草のごま和え	りんご	ハーベスト
18	日											
19	月	おかゆ	たまねぎスープ	おかゆ	ささみのくす煮	たまねぎ にんじんスープ	白せんべい	ごはん	厚揚げのそぼろあん	マカロニサラダ	オレンジ	ぶどうゼリー
20	火	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも はくさいスープ	バナナ	わかめごはん	じゃがいもの小判焼き	具沢山の春雨スープ	バナナ	食パン
21	水	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	豆腐 キャベツスープ	にんじんスティック	白せんべい	ごはん	炒り豆腐	ひじきサラダ	ヨーグルト	黒糖蒸しパン
22	木	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	ささみのくす煮	だいこん キャベツスープ	バナナ	ごはん	豚肉と厚揚げのチャンプル	切干大根の和風サラダ	バナナ	ぼたぼた焼き
23	金	おかゆ	じゃがいもスープ	おかゆ	白身魚の煮物	じゃがいも ほうれん草スープ	白せんべい		カレーライス	もやしとハムのサラダ	オレンジ	りんごゼリー
24	土	ベビーフード					白せんべい		愛情弁当			
25	日											
26	月	おかゆ	はくさいスープ	おかゆ	白身魚の煮物	はくさい だいこんスープ	バナナ	ごはん	鶏肉と大根の煮物	ピーマンサラダ	バナナ	マカロニきなこ
27	火	おかゆ	キャベツスープ	おかゆ	ささみのくす煮	キャベツ たまねぎスープ	白せんべい		焼きそば風野菜炒め	枝豆サラダ	オレンジ	おにぎりせんべい
28	水	おかゆ	にんじんスープ	おかゆ	豆腐 にんじんスープ	じゃがいもスティック	バナナ	ごはん	肉じゃが	春雨の中華サラダ	バナナ	いちごジャム蒸しパン
29	木	おかゆ	だいこんスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん にんじんスープ	白せんべい	ごはん	白身魚の煮付け	けんちん汁	オレンジ	たいやき
30	金	おかゆ	ほうれん草スープ	おかゆ	ささみのくす煮	ほうれん草 たまねぎスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	ほうれん草のしらす和え	バナナ	うす塩せんべい