



# 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	月	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・じゃがいものスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	ほうれん草のごま和え	オレンジ	パウムクレーン
2	火	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	キャベツ・だいこんのスープ	バナナ	ごはん	大根と厚揚げのそぼろ煮	春雨のあっさりサラダ	バナナ	お好み焼き
3	水	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ・じゃがいものスープ	白せんべい	ごはん	白身魚のてりやき	豆腐と油揚げのみそ汁	オレンジ	マカロニきなこ
4	木	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	鶏肉のトマト煮	大根とかにしぐれのサラダ	バナナ	黒糖蒸しパン
5	金	おかゆ	キャベツのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・たまねぎのスープ	白せんべい	ごはん	麻婆豆腐	キャベツとハムのサラダ	オレンジ	ぱりんこ
6	土	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・じゃがいも・にんじんのスープ		バナナ		ハヤシライス	マカロニサラダ	バナナ	ビスコ
7	日											
8	月	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉のてりやき	大根としらすのサラダ	オレンジ	ぱりんこ
9	火	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・じゃがいものスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜のごまみそ煮	キャベツとツナのサラダ	バナナ	いちごジャム蒸しパン
10	水	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	たまねぎ・だいこんのスープ	白せんべい	ごはん	豚肉と野菜の炒め物	春雨サラダ	オレンジ	おにぎりせんべい
11	木	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	豆腐・たまねぎのスープ	にんじんスティック	バナナ	ごはん	白身魚の煮物	具たくさん味噌汁	バナナ	ぱりんこ
12	金	おかゆ	キャベツのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・たまねぎのスープ	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	バナナカステラ
13	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				マリービスケット
14	日											
15	月	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	肉じゃが	大根とツナのサラダ	バナナ	ココア蒸しパン
16	火	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	白身魚の煮物	ほうれん草・キャベツのスープ	白せんべい		うどん	ほうれん草とコーンのサラダ	オレンジ	まがりせんべい
17	水	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉と厚揚げのチャンプルー	きゅうりとハムのサラダ	バナナ	食パン
18	木	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・キャベツのスープ	じゃがいもマッシュ	白せんべい	ごはん	炒り豆腐	もやしのごまサラダ	オレンジ	ロアンヌ
19	金	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	たまねぎ・にんじんのスープ	バナナ		カレーライス	スパゲティサラダ	バナナ	ロールパン
20	土	おかゆ	キャベツのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	キャベツ・だいこんのスープ	白せんべい	ごはん	鶏肉と大根の煮物	キャベツとツナの和風サラダ	オレンジ	ムーンライト
21	日											
22	月	おかゆ	ほうれん草のスープ	おかゆ	ささみのくず煮	ほうれん草・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	豚肉と野菜の炒め物	ほうれん草のおかか和え	バナナ	雪の宿
23	火	おかゆ	じゃがいものスープ	おかゆ	豆腐・キャベツのスープ	じゃがいもマッシュ	白せんべい	ごはん	鶏肉と野菜の煮物	春雨の中華サラダ	オレンジ	食パン
24	水	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん・たまねぎのスープ	バナナ	ごはん	白身魚のてりやき	野菜とわかめスープ	バナナ	マカロニきなこ
25	木	おかゆ	にんじんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	じゃがいも・にんじんのスープ	白せんべい	ごはん	筑前煮	キャベツとコーンのサラダ	オレンジ	ぼたぼた焼き
26	金	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	だいこん・キャベツのスープ	バナナ		焼きそば	大根とかにのサラダ	バナナ	りんごゼリー
27	土	ベビーフード					白せんべい	愛情弁当				チョコスクッキー
28	日											
29	月	おかゆ	だいこんのスープ	おかゆ	ささみのくず煮	だいこん・じゃがいものスープ	白せんべい	ごはん	じゃがいもの小判焼き	ほうれん草としらすのサラダ	オレンジ	食パン
30	火	おかゆ	たまねぎのスープ	おかゆ	白身魚の煮物	たまねぎ・にんじんのスープ	バナナ	ごはん	絹揚げのそぼろあん	もやしとハムのサラダ	バナナ	ぱりんこ