

6月離乳食こんだてひょう



令和8年度 6月号
あいさり認定こども園

日	曜日	ゴックン期(6か月頃)	モグモグ期(7~9ヶ月)		カミカミ期(10~11ヶ月頃)		パクパク期(12ヶ月~)		
		お昼	お昼	午後おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
1	月		5倍粥 カレイの焼き魚 人参納豆和え じゃがいもマッシュ 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの焼き魚 人参納豆和え じゃがいもマッシュ 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パナナ	麦茶 ヨーグルト	麦飯 カレイの磯部焼き オクラ納豆 ジャーマンポテト みそ汁 果物	牛乳 フルーベリージャムサンド
2	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 人参煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 人参煮 野菜スープ	麦茶 きな粉パンがゆ	麦茶 おこさませんべい	麦飯 豚肉野菜炒め マロニーサラダ 切干大根煮物 みそ汁	牛乳 きな粉トースト
3	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 野菜煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 野菜煮 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パンがゆ	牛乳 スティックパン	麦飯 鶏ささみともやしの和え物 レバーそぼろ みそ汁 果物	牛乳 ビスケット
4	木		5倍粥 カレイの煮つけ かぼちゃ煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ かぼちゃ煮 豆腐と野菜のスープ	麦茶 煮込みパスタ	麦茶 ハイハイ	ゆかりご飯 ホキマヨコーン焼き かぼちゃサラダ 昆布の煮物 みそ汁	牛乳 煮込みパスタ
5	金		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリーと人参の和え物 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 鮭の焼き魚 ブロッコリーと人参の和え物 豆腐と野菜のスープ	牛乳 パナナヨーグルト	牛乳 ビスケット	麦飯 鮭のフライ 人参きんぴら ブロッコリーおなか和え みそ汁	牛乳 パナナヨーグルト
6	土		5倍粥 ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 豚肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
7	日								
8	月		5倍粥 カレイの煮つけ 大根と人参の煮物 ほうれん草しらす和え 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 大根と人参の煮物 ほうれん草しらす和え 野菜スープ	麦茶 パナナ	牛乳 ウエハース	麦飯 ぶりの照り焼き 大根とツナの煮物 ほうれん草しらす和え みそ汁 果物	牛乳 ジャムサンド
9	火		5倍粥 カレイの煮つけ 豆腐煮 人参スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 豆腐煮 人参スープ	麦茶 パンがゆ	麦茶 ビスケット	麦飯 さわらのみそ焼き 春雨サラダ 炒り豆腐 わかめスープ 果物	牛乳 コーントースト
10	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 マカロニ煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 マカロニ煮 野菜スープ パナナ	麦茶 パンがゆ	麦茶 せんべい	麦飯 野菜とそぼろの炒め物 マカロニサラダ 切干大根スープ 果物	牛乳 桃サンド
11	木		5倍粥 カレイの煮つけ 人参とキャベツの煮物 人参スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ 人参とキャベツの煮物 人参スープ パナナ	麦茶 さつまいもマッシュ	牛乳 ポーロ	麦飯 さばの塩焼き きゅうりのゆかり和え 人参とキャベツの煮物 みそ汁 果物	牛乳 焼きいも
12	金		5倍粥 ささみと野菜の旨煮 大根煮	ミルク	軟飯 ささみと野菜の旨煮 大根煮 パナナ	麦茶 パンがゆ	麦茶 おこさませんべい	麦飯 ポークカレー 海藻サラダ パナナ	牛乳 ジャムサンド
13	土		5倍粥 鶏ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 ポークケチャップ 果物	牛乳 せんべい
14	日								
15	月		納豆がゆ カレイの煮つけ じゃがいも煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 ほっけの焼き魚 納豆青のり和え じゃがいも煮 野菜スープ パナナ	麦茶 おこさませんべい	牛乳 ビスケット	麦飯 ほっけ海苔焼き 納豆青のり和え ツナじゃが煮 みそ汁 果物	麦茶 おこさませんべい
16	火		5倍粥 カレイの煮つけ ブロッコリーと人参の和え物 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ブロッコリーと人参の和え物 豆腐と野菜のスープ	麦茶 きな粉パンがゆ	麦茶 ハイハイ	麦飯 赤魚の焼き魚 切干大根の煮物 ブロッコリーとコーンの和え物 みそ汁	牛乳 きな粉トースト
17	水	対象なし	5倍粥 鶏ささみだし煮 かぼちゃの煮物 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 かぼちゃの煮物 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パンがゆ	牛乳 スティックパン	麦飯 鶏ささみだし煮 かぼちゃの甘煮 もやしのナムル みそ汁	牛乳 ジャムサンド
18	木		5倍粥 カレイの焼き魚 じゃがいもマッシュ 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの焼き魚 青のりポテト 豆腐と野菜のスープ	麦茶 パンがゆ	麦茶 ビスケット	ゆかりご飯 カレイ塩焼き 切干大根サラダ 粉ふきいも みそ汁 果物	牛乳 しらすトースト
19	金		5倍粥 鶏ささみだし煮 ほうれん草お浸し 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ほうれん草お浸し 豆腐と野菜のスープ ヨーグルト	麦茶 ツナ入りがゆ	牛乳 ウエハース	麦飯 マーボー豆腐 ほうれん草中華和え 春雨スープ ヨーグルト	麦茶 ツナおにぎり
20	土		5倍粥 ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	麦飯 鶏肉と野菜の旨煮 果物	麦茶 せんべい
21	日								
22	月		5倍粥 カレイの煮つけ ほうれん草納豆和え 野菜煮 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ ほうれん草納豆和え 野菜煮 豆腐と野菜のスープ パナナ	麦茶 じゃがいもマッシュ	麦茶 ヨーグルト	麦飯 さわらの青のり焼き ほうれん草納豆和え 野菜の炒め煮 みそ汁 果物	牛乳 チーズポテト
23	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 かぼちゃの煮物 ポテトサラダ 豆腐スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 かぼちゃの煮物 ポテトサラダ 豆腐スープ	麦茶 さつまいもマッシュ	麦茶 おこさませんべい	麦飯 鶏ささみだし煮 かぼちゃのそぼろあん ポテトサラダ みそ汁	牛乳 ふかし芋
24	水		5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 野菜スープ	麦茶 煮込みそうめん	牛乳 ポーロ	麦飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリーごまヨサダ マカロニトマト煮 コンソメスープ 果物	牛乳 煮込みそうめん
25	木		5倍粥 カレイの煮つけ ほうれん草のお浸し 野菜スープ	ミルク	軟飯 ほっけ焼き ほうれん草お浸し 野菜スープ パナナ	麦茶 パンがゆ	麦茶 ハイハイ	麦飯 ほっけ照り焼き 3色お浸し 昆布とツナの煮物 みそ汁 果物	牛乳 ツナサンド
26	金		納豆がゆ 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 豆腐と根菜のスープ	ミルク	納豆ご飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリー煮 豆腐と根菜のスープ	麦茶 おこさませんべい	牛乳 ビスケット	麦飯 納豆青のり和え ブロッコリー胡麻和え 豚汁	牛乳 おこさませんべい
27	土		5倍粥 ささみと野菜の旨煮	ミルク	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい	麦茶 おやつ	軟飯 鶏ささみと野菜の旨煮	麦茶 せんべい
28	日								
29	月		5倍粥 カレイの煮つけ キャベツ煮 野菜スープ	ミルク	軟飯 カレイの煮つけ キャベツ煮 野菜スープ パナナ	麦茶 パンがゆ	麦茶 おこさませんべい	麦飯 赤魚のみりん焼き きゅうりのツナサラダ キャベツ煮 みそ汁 果物	牛乳 ツナサンド
30	火		5倍粥 鶏ささみだし煮 ブロッコリーしらす和え 豆腐と野菜のスープ	ミルク	軟飯 鶏ささみだし煮 ブロッコリーしらす和え 豆腐と野菜のスープ	麦茶 さつまいもマッシュ	麦茶 ビスケット	麦飯 マーボー春雨 ブロッコリーしらす和え 中華スープ	牛乳 ふかし芋
31	水								

※都合により献立内容が変更する場合がありますので、予めご了承下さい。