

令和
3年度



6月離乳食献立表



社会福祉法人 徳誠福祉会
小浜保育園

日	曜日	献立名	主材料名	おやつ	
1	火	おかゆ 豚肉とブロッコリーのあんかけ煮 ほうれん草汁	豚肉 ブロッコリー 人参 ほうれん草	ハイハイ	林檎のハイハイ
2	水	ココア蒸しパン マカロニホワイトソース和え ソーセージあんかけ キウイフルーツ お茶	ソーセージ ホットケーキミックス 牛乳 人参 マヨネーズ マカロニ	野菜 せんべい	小魚 せんべい
3	木	おかゆ 野菜あんかけ肉だんご スパゲッティ コンソメスープ	挽肉 人参 玉ねぎ 牛乳 卵 パン粉 クチャップ スパゲッティ	ハイハイ	ミルク ウエハース
4	金	おかゆ 肉豆腐 マッシュポテト 玉ねぎスープ	豚肉 豆腐 玉ねぎ えのき じゃが芋	マンナ ビスケット	ミルク ウエハース
5	土	おかゆ 豚肉の肉じゃが風 コーンスープ	鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト	ウエハース	林檎の ハイハイ
6	日	休 日			
7	月	野菜煮込みうどん いちご	豚肉 乾麺 人参 ビーマン 玉ねぎ 卵 わかめ 丸豆腐	小魚せんべい	かぼちゃ ポーロ
8	火	おかゆ ハムとブロッコリーのやわらか煮 すまし汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ	パフ リング	野菜 せんべい
9	水	おかゆ 野菜たっぷり和風煮込み パナナ 麦茶	じゃが芋 人参 玉ねぎ コーン	たまご ポーロ	ウエハース
10	木	おかゆ 八宝菜 枝豆のマッシュ じゃが芋汁	豚肉 人参 ビーマン 玉ねぎ 竹の子 白菜 ソーセージ 椎茸 シーフードミックス 枝豆 片栗粉 じゃが芋	ハイハイ	たまご ポーロ
11	金	おかゆ さつま芋のレモン煮 きんぴらごぼう なす汁	豚肉 さつま芋 人参 大揚げ ごぼう なす	小魚 せんべい	マンナ ビスケット
12	土	おかゆ 野菜の和風煮 野菜スープ	野菜の和風煮 野菜スープ	ウエハース ヨーグルト	ビスケット
13	日	休 日			
14	月	和風きのこの醤油パスタ いちご 鶏肉と青梗菜のスープ	鶏肉 青梗菜 コンソメ しめじ ほうれん草 パスタ	ハイハイ	ひじき せんべい
15	火	おかゆ 肉じゃが 納豆 すまし汁	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ	パフ リング	林檎の ハイハイ
16	水	かぼちゃのマッシュ キャベツとコーンのトロトロ煮 コーンスープ	かぼちゃ 卵 コンソメ キャベツ パン粉 薄力粉 玉ねぎ	ミルク ウエハース	たまご ポーロ
17	木	おかゆ 焼魚 切干大根あんかけ わかめ汁	紅鮭 切干大根 人参 わかめ 豆腐	マンナ ビスケット	ウエハース ヨーグルト
18	金	おかゆ 野菜ソテー 鶏肉と野菜の中華あんかけ すまし汁	エビ もやし 人参 ビーマン 大天 卵 玉ねぎ	ハイハイ	小魚 せんべい
19	土	おかゆ 野菜肉じゃが トマトサラダ 麦茶	豚肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト ツナ缶	パフ リング	野菜 せんべい
20	日	休 日			
21	月	鶏にゅうめん パナナ 麦茶	素麺 卵 鶏もも肉 にんべんのたれ	小魚 せんべい	たまご ポーロ
22	火	おかゆ 牛肉とブロッコリーのあんかけトロトロ煮 豆腐汁	牛肉 ブロッコリー 豆腐 わかめ	ビスケット	野菜せんべい
23	水	マカロニホワイトソース和え みかん缶詰付合せ コンソメスープ	ホワイトソース 牛乳 マカロニ 蒸しパン	マンナ ビスケット	ミルク ウエハース
24	木	おかゆ ポトフ風煮込み野菜 スパゲッティ じゃが芋汁	挽肉 人参 玉ねぎ キャベツ スパゲッティ 牛乳 パン粉 クチャップ じゃが芋	野菜 せんべい	緑黄色 野菜ポーロ
25	金	おかゆ 鮭とじゃが芋の和風煮 かぼちゃ甘煮 青梗菜のスープ	かぼちゃ 鮭とじゃが芋の和風煮 青梗菜 コンソメ	野菜の ハイハイ	たまご ポーロ
26	土	おかゆ 豚肉の肉じゃが風 コーンスープ	鶏肉 じゃが芋 人参 玉ねぎ トマト	ウエハース	林檎の ハイハイ
27	日	休 日			
28	月	野菜あんかけうどん 麦茶	乾麺 キャベツ 人参 玉ねぎ	マンナ ビスケット	たまご ポーロ
29	火	《6月お誕生会》 三色おかゆ マッシュポテト 豆乳プリン ココロ野菜スープ	ほうれん草 卵 白ごま ポテト 人参 玉ねぎ グリーンアスパラ	野菜 せんべい	緑黄色 野菜ポーロ
30	水	蒸しパン コーンと野菜のホワイトソース フルーツ付合せ コーンクリームスープ	豚肉 じゃが芋 玉ねぎ クリームシチューの素 人参 牛乳	ウエハース ヨーグルト	野菜 せんべい

離乳食をいやがる時は

離乳食をあまり食べない。そんなときは、無理強いせずにミルク以外のものを初めて口にする赤ちゃんの気持ちに添いながら、何がいやなのか様子を見ます。スプーンの材質に違和感があるのか、口に入ってくるタイミングが合わないのかもしれませんが。赤ちゃんが自分から食べたいと思えるような介助を考えましょう。食べないことを大人が心配していると赤ちゃんも不安になります。やさしく声をかけながら楽しい食卓を用意しましょう。

