



6月の離乳食献立表



R.6 富田保育園

月曜日		火曜日		水曜日		木曜日		金曜日		土曜日		
午後						<div>○・・・湯冷まし △・・・ジュース □・・・お茶</div>				1	お菓子	
昼食										★お粥★タラ煮 ★具沢山スープ★フルーツ		
材料										タラ ジャが芋 人参 玉ねぎ		
午後	3	お菓子 ○	4	お菓子 △	5	フルーツ □	6	きなこサンド ○	7	お菓子 △	8	お菓子
昼食	★お粥★鮭の塩焼き ★ひじきおかからいため ★トマト★豆腐汁		★お粥★カレイの煮つけ ★もやし煮びたし ★トマト★シジミ汁		★お粥★ホキ煮魚 ★キャベツ煮 ★トマト★お吸い物		★お粥★ほっけ煮つけ ★きゅうりのなめたけ和え ★トマト★納豆汁		★赤魚のせ煮込みうどん		★お粥★タラ煮 ★具沢山スープ★フルーツ	
材料	鮭 ひじき おから 人参 トマト 豆腐 椎茸 ネギ		カレイ もやし トマト ネギ 豆腐		ホキ キャベツ 人参 トマト 豆腐		ほっけ きゅうり なめたけ トマト 納豆 豆腐 ネギ		赤魚 キャベツ もやし 人参 ピーマン		タラ ジャが芋 人参 玉ねぎ	
午後	10	お菓子 ○	11	お菓子 △	12	フルーツヨーグルト	13	ふかしもち ○	14	お菓子 △	15	お菓子
昼食	★お粥★ほっけの煮つけ ★きゅうりの納豆あえ ★トマト★菜っ葉汁		★お粥★カレイ煮 ★小松菜のお浸し ★トマト★豆腐汁		★お粥★ホキ煮つけ ★キャベツ煮びたし ★トマト★お吸い物		★お粥★焼き鮭 ★温野菜 ★トマト★もやし汁		★野菜たっぷり煮込みうどん		★お粥★タラ煮 ★具沢山スープ★フルーツ	
材料	ほっけ きゅうり 納豆 トマト 菜っ葉 椎茸		カレイ 小松菜 トマト ネギ 豆腐 椎茸		ホキ キャベツ 人参 豆腐 トマト きゅうり		鮭 レタス きゅうり 椎茸 トマト もやし 豆腐		豚肉 人参 キャベツ ネギ 椎茸 玉ねぎ		タラ ジャが芋 人参 玉ねぎ	
午後	17	ヨーグルト	18	お菓子 △	19	フルーツ □	20	お菓子 ○	21	お菓子 △	22	お菓子
昼食	★お粥★ホッケ煮 ★ブロッコリーサラダ ★トマト★なめこ汁		★お粥★銀たら煮 ★温野菜 ★トマト★お吸い物		★お粥★ホキ煮 ★きゅうりサラダ ★トマト★お吸い物		★お粥★鮭煮つけ ★温野菜 ★トマト★キャベツ汁		★野菜たっぷりうどん		★お粥★タラ煮 ★具沢山スープ★フルーツ	
材料	ホッケ ブロッコリー なめこ ネギ 豆腐 トマト		銀たら レタス 玉ねぎ 人参 きゅうり トマト 豆腐		ホキ きゅうり 人参 トマト ジャが芋 豆腐		鮭 きゅうり レタス トマト キャベツ 玉ねぎ		赤魚 キャベツ 人参 椎茸 玉ねぎ		タラ ジャが芋 人参 玉ねぎ	
午後	24	お菓子 ○	25	お菓子 △	26	フルーツヨーグルト	27	あじさいゼリー	28	お菓子 △	29	お菓子
昼食	★お粥★ほっけ ★温野菜サラダ ★トマト★かぼちゃ汁		★お粥★カレイ煮つけ ★ほうれん草の胡麻和え ★トマト★大根汁		★お粥★ホキ煮 ★ポテトサラダ ★トマト★お吸い物		★お粥★鮭と玉ねぎ煮 ★もやし煮びたし ★トマト★豆腐汁		★けんちんうどん		★お粥★タラ煮 ★具沢山スープ★フルーツ	
材料	ホッケ きゅうり 人参 トマト かぼちゃ		カレイ ほうれん草 大根 椎茸 トマト		ホキ ジャが芋 人参 きゅうり トマト 豆腐		鮭 玉ねぎ もやし トマト 豆腐 ネギ 椎茸		赤魚 大根 人参 ごぼう 椎茸 玉ねぎ ネギ		タラ ジャが芋 人参 玉ねぎ	