

離乳食献立予定表 6月

D a o p 6月の指導計画・・・無理のない量で楽しく食べよう。 A B C E

月	火	水	木	金	土	
	1 白がゆ 白身魚のトマト煮 米・白身魚・玉ねぎ 人参・トマト・ほうれん草 マンナ	2 鮭がゆ すまし汁 米・鮭・豆腐・人参 玉ねぎ・ふ 野菜ゼリー	3 白がゆ 鶏団子のあんかけ 米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・大根 ほうれん草 ビスコ	4 白がゆ さつまいものそぼろ煮 米・鶏ミンチ・玉ねぎ 人参・豆腐・小松菜 バナナ	5 白がゆ 味噌煮込み うどん 米・うどん・鶏ミンチ 白菜・大根・人参 玉ねぎ パン	
	7 白がゆ 高野豆腐の煮付 米・高野豆腐・人参 小松菜・里芋 ふかし芋	8 白がゆ 大豆とひじきの 煮物 米・大豆・ひじき・人参 さつまい 動物クッキー	9 白がゆ マカロニスープ 米・マカロニ・鶏ミンチ トマト・玉ねぎ・人参 ブロッコリー・キャベツ りんごゼリー	10 白がゆ すき焼き風煮 米・鶏ミンチ・白菜 玉ねぎ・人参・焼豆腐 すきふ ハイハイ	11 白がゆ ポトフ 米・鶏ミンチ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・キャベツ ブロッコリー 蒸しパン	12 さつまいがゆ 白身魚の 野菜あんかけ 米・さつまい・白身魚 大根・人参・チンゲン菜 なす パン
	14 白がゆ 肉じゃが 米・鶏ミンチ・人参 じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草 マリービスケット	15 白がゆ 千切大根煮付 米・千切大根・人参 里芋・小松菜 高野豆腐 アンパンマンせんべい	16 しらすがゆ ちゃぽんめん 米・しらす・中華めん キャベツ・玉ねぎ・人参 ももゼリー	17 白がゆ キャベツとツナの 煮物 米・キャベツ・ツナ缶 人参・玉ねぎ 乳ボーロ	18 白がゆ 小松菜の煮浸し 米・小松菜・人参 じゃが芋 みかん缶	19 白がゆ ひじきうどん 米・うどん・ひじき・人参 玉ねぎ・白菜 パン
	21 白がゆ 南瓜と豆腐の 煮物 米・鶏ミンチ・南瓜 豆腐・なす・白菜 かぼちゃボーロ	22 白がゆ 大根そぼろ煮 米・鶏ミンチ・大根 人参・里芋・玉ねぎ バナナ	23 白がゆ 白身魚の コーンクリームがけ 米・白身魚・玉ねぎ コーンクリーム缶 ほうれん草 ぶどうゼリー	24 白がゆ なすの中華煮 米・鶏ミンチ・なす 玉ねぎ・人参・チンゲン菜 豆腐・鶏ガラ 紫芋せんべい	25 白がゆ ささみ野菜煮 米・鶏ささみ・大根 じゃが芋・小松菜 人参・玉ねぎ お米スナック	26 トマトと ほうれん草の リゾット 米・トマト・ほうれん草 しらす・人参・玉ねぎ パン
	28 白がゆ けんちん汁 米・鶏ミンチ・玉ねぎ 人参・里芋・大根 豆腐・味噌 りんご	29 白がゆ 豆腐のあんかけ 煮 米・鶏ミンチ・豆腐 白菜・チンゲン菜・人参 玉ねぎ・鶏ガラ ハイハイ	30 白がゆ うどんの ナポリタン風 米・うどん・玉ねぎ・人参 トマト・なす・ほうれん草 柑橘ゼリー			