

# 離乳食献立予定表 6月

6月の指導計画・・・無理のない量で楽しく食べよう。

月	火	水	木	金	土
		1 白がゆ ポトフ	2 白がゆ 白身魚の トマト煮込	3 白がゆ じゃが芋そぼろ煮	4 野菜おじや
		米・鶏ミンチ・キャベツ じゃが芋・人参・玉ねぎ	米・白身魚・トマト 玉ねぎ・ほうれん草 なす・人参・大根	米・鶏ミンチ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・小松菜	米・しらす・人参・南瓜 玉ねぎ・白菜・みそ
		りんごゼリー	ビスコ	みかん缶	パン
6 白がゆ なすの中華煮	7 白がゆ トマトシチュー	8 白がゆ 赤魚のあんかけ	9 白がゆ 南瓜のみそ汁	10 白がゆ しらすうどん	11 白がゆ 豆腐のあんかけ煮
米・鶏ささみ・なす 人参・玉ねぎ・豆腐 チンゲン菜・鶏ガラ	米・鶏ミンチ・トマト マカロニ・玉ねぎ・人参 ブロッコリー	米・白身魚・玉ねぎ 人参・大根・チンゲン菜	米・鶏ミンチ・人参 玉ねぎ・南瓜・豆腐 みそ	米・うどん・しらす・人参 玉ねぎ・大根・白菜	米・鶏ミンチ・豆腐 人参・ひじき チンゲン菜
ハイハイ	バナナ	ももゼリー	マンナ	アンパンマンせんべい	パン
13 白がゆ ちゃんぽん麺	14 白がゆ じゃが芋と キャベツのスープ	15 鮭がゆ にゅうめん	16 白がゆ 大豆とひじき煮付	17 白がゆ なすと 豆腐のみそ汁	18 白がゆ ちゃんこうどん
米・中華めん・キャベツ 玉ねぎ・人参 ほうれん草・鶏ガラ	米・鶏ミンチ・じゃが芋 人参・玉ねぎ・トマト	米・鮭・そうめん・人参 玉ねぎ・豆腐・ふ	米・大豆・ひじき・人参 里芋・三度豆	米・鶏ささみ・なす 豆腐・小松菜・みそ	米・うどん・白菜・人参 玉ねぎ・大根 ほうれん草・鶏ミンチ
乳ボーロ	お米スナック	ぶどうゼリー	動物クッキー	紫芋せんべい	パン
20 白がゆ すき焼き風煮	21 しらすがゆ 千切大根の煮付	22 白がゆ 八宝菜風煮	23 白がゆ ツナとキャベツの スープスパゲティ	24 芋がゆ ほうれん草と しらす煮	25 白がゆ 南瓜のそぼろ煮
米・鶏ミンチ・白菜 人参・玉ねぎ・焼豆腐 すきふ	米・しらす・千切大根 高野豆腐・人参 里芋・小松菜	米・鶏ミンチ・白菜 チンゲン菜・人参 玉ねぎ・鶏ガラ	米・ツナ缶・キャベツ 玉ねぎ・人参 スパゲティ・ブロッコリー	米・さつまいも・しらす ほうれん草・人参・豆腐	米・鶏ミンチ・南瓜 玉ねぎ・人参・ひじき 小松菜
ふかし芋	豆乳クッキー	野菜ゼリー	オレンジ	バナナ	パン
27 白がゆ 高野豆腐の煮付	28 白がゆ あんかけうどん	29 白がゆ 夏野菜のトマト煮	30 白がゆ けんちん汁		
米・鶏ミンチ・高野豆腐 さつまいも・人参・玉ねぎ 小松菜	米・鶏ささみ・うどん 大根・ほうれん草・人参 玉ねぎ	米・鶏ミンチ・南瓜 なす・トマト・人参 玉ねぎ	米・鶏ささみ・大根 玉ねぎ・人参・里芋 豆腐・小松菜・みそ		
ふわふわせんべい	かぼちゃボーロ	かんきつゼリー	りんご		

☆献立は変更することがあります