



2025年6月 離乳食だより



	献立名	材料名(届食)			
		熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	おやつ
1 (月)	白がゆ 八宝菜風煮	米	鶏ささみ・大豆	玉ネギ・人参・チンゲン菜 白菜	ハイハイ
2 (火)	白がゆ けんちん煮	米・里芋	鶏ミンチ	人参・大根・玉ネギ	豆乳クッキー
3 (水)	白がゆ 煮込みうどん	米・うどん・パン	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・ほうれん草 南瓜	パン
4 (木)	白がゆ 高野豆腐の煮もの	米	高野豆腐	玉ネギ・人参・切干大根 小松菜	蒸しパン
5 (金)	白がゆ さつま芋の味噌汁	米・さつま芋	豆腐	キャベツ・玉ネギ・人参 なす	ふかし芋
6 (土)	野菜おじや	米	鶏ミンチ	玉ネギ・南瓜・ブロッコリー 人参・みかん	みかん缶
8 (月)	白がゆ ほうれん草のおひたし	米	しらす	ほうれん草・人参・白菜 ひじき	ビスコ
9 (火)	白がゆ 大豆のスープ	米・じゃが芋	大豆	玉ネギ・人参・キャベツ ブロッコリー	製ゼリー
10 (水)	白がゆ トマトのシチュー	米	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・トマト・なす 南瓜	かぼちゃポーロ
11 (木)	白がゆ さつま芋そぼろ煮	米・さつま芋	鶏ミンチ・豆腐	玉ネギ・なす・人参 チンゲン菜・みかん	みかん缶
12 (金)	白がゆ 白身魚のあんかけ	米	白身魚	ほうれん草・人参・パプリカ 玉ネギ	ハイハイ
13 (土)	しらすのおじや	米	しらす	大根・人参・玉ネギ	紫芋せんべい
15 (月)	白がゆ 豆腐の中華スープ	米・さつま芋	鶏ミンチ・豆腐	白菜・チンゲン菜・人参 玉ネギ	ふかし芋
16 (火)	白がゆ 肉だんごのトマト煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ	トマト・玉ネギ・人参 パプリカ	りんごゼリー
17 (水)	白がゆ ツナと白菜煮	米・パン	ツナ缶・豆腐	玉ネギ・人参・白菜	パン
18 (木)	白がゆ じゃが芋そぼろ煮	米・じゃが芋	鶏ミンチ・大豆	玉ネギ・人参・小松菜	動物ビスケット
19 (金)	白がゆ 南瓜うどん	米・うどん	鶏ミンチ	南瓜・玉ネギ・人参・バナナ 切干大根・ほうれん草	バナナ
20 (土)	野菜のおじや	米・さつま芋	鶏ミンチ	玉ネギ・人参・大根	ハイハイ
22 (月)	白がゆ トマトのポトフ	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・キャベツ トマト・ブロッコリー	ウエハース
23 (火)	白がゆ 鮭とチンゲン菜スープ	米	鮭	玉ネギ・人参・チンゲン菜	お米パフ
24 (水)	白がゆ すき焼き風煮	米・すきふ	焼豆腐・鶏ミンチ	玉ネギ・人参・白菜	豆乳クッキー
25 (木)	白がゆ 白身魚のあんかけ	米	白身魚	玉ネギ・人参・トマト パプリカ・なす	ももゼリー
26 (金)	白がゆ ポトフ	米・じゃが芋	鶏ささみ	玉ネギ・人参・ブロッコリー 大根	かぼちゃポーロ
27 (土)	しらすのおじや	米	しらす	玉ネギ・人参・ほうれん草	星たべよ
29 (月)	白がゆ 冬瓜そぼろ煮	米・里芋	鶏ミンチ	冬瓜・人参・小松菜・なす バナナ	バナナ
30 (火)	白がゆ 大豆のトマト煮	米	大豆・鶏ささみ	トマト・玉ネギ・人参 南瓜・キャベツ	マリー

※ 紀の川農園の無農薬のお米を使っています