

2019年6月 離乳中期食献立

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		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
3（月） 17（月）	おかゆ	米		
	カレイの煮物		カレイ	
	きゅうりと玉ねぎの煮物			きゅうり、玉ねぎ
	お麴のみそ汁	お麴	みそ、かつお・昆布だし	かぼちゃ
4（火） 18（火）	おかゆ	米		
	ハンバーグ風		豚ひき肉	玉ねぎ、トマト
	人参とじゃが芋の煮物	じゃが芋		人参
	ブロッコリーのスープ		かつお・昆布だし	ブロッコリー
5（水） 19（水）	おかゆ	米		
	鶏肉の煮物		鶏もも肉	
	レタスと人参の煮物			レタス、人参
	キャベツのスープ		昆布だし	キャベツ、大根
6（木） 20（木）	ジャージャーうどん風	うどん	豚ひき肉	玉ねぎ
	レタスとトマトの煮物			レタス、トマト
	玉ねぎと小松菜のスープ		昆布だし	玉ねぎ、小松菜
7（金） 21（金）	青菜混ぜごはん（おかゆ）	米		ほうれん草
	鶏ひき肉と人参の煮物		鶏ひき肉	人参
	大根のスープ		みそ、かつお・昆布だし	大根、長ねぎ
8（土） 22（土）	白菜の煮込みうどん	うどん、さつまい	しらす	白菜、玉ねぎ
	野菜の煮物	じゃが芋	かつおだし	人参、キャベツ
10（月） 24（月）	おかゆ	米		
	ひき肉と野菜のケチャップ煮		豚ひき肉	玉ねぎ、人参
	きゅうりの煮物			きゅうり、小ねぎ
	じゃが芋のスープ	じゃが芋	昆布だし	玉ねぎ
11（火） 25（火）	豚汁うどん	うどん、じゃが芋	豚ひき肉	人参、大根
	小松菜のお浸し			小松菜、長ねぎ
12（水） 26（水）	鶏肉と青菜のケチャップごはん（おかゆ）	米	鶏もも肉	ほうれん草
	ブロッコリーとさつまいの煮物	さつまい		ブロッコリー
	いんげんのスープ	じゃが芋	昆布だし	いんげん
13（木） 27（木）	パンがゆ（粉ミルク）	食パン	粉ミルク	
	ささみの煮物		ささみ	
	キャベツと人参の煮物			キャベツ、人参
	白菜のスープ		かつお・昆布だし	白菜、玉ねぎ
14（金）	おかゆ	米		
	鮭の照り煮		鮭	
	レタスときゅうりの煮物			レタス、きゅうり
	コロコロ野菜のすまし汁		かつお・昆布だし	トマト、大根
15（土） 29（土）	三色混ぜごはん（おかゆ）	米	豚ひき肉	人参、ほうれん草
	玉ねぎのスープ		かつおだし	玉ねぎ、かぼちゃ
28（金）	おかゆ	米		
	鶏肉の煮物		鶏もも肉	
	人参とほうれん草の煮物			人参、ほうれん草
	かぼちゃのみそ汁		みそ、かつお・昆布だし	かぼちゃ、長ねぎ

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。

2019年6月 離乳後期食献立

どんぐりこども園

	献立名	材料名		
		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
3（月） 17（月）	軟飯	米		
	カレイの煮物		カレイ	えのき
	きゅうりと玉ねぎの煮物			きゅうり、玉ねぎ
	お麴のみそ汁	お麴	みそ、かつお・昆布だし	かぼちゃ
4（火） 18（火）	軟飯	米		
	ハンバーグ風		豚ひき肉	玉ねぎ、トマト
	人参とじゃが芋の煮物	じゃが芋		人参
	ブロッコリーのスープ		木綿豆腐、かつお・昆布だし	ブロッコリー
5（水） 19（水）	軟飯	米		
	鶏肉の煮物		鶏もも肉	
	レタスと人参の煮物			レタス、人参
	キャベツのスープ		昆布だし	キャベツ、大根
6（木） 20（木）	ジャージャーうどん風	うどん	豚ひき肉	玉ねぎ
	レタスとトマトの煮物			レタス、トマト
	玉ねぎと小松菜のスープ		昆布だし	玉ねぎ、小松菜
7（金） 21（金）	青菜納豆ごはん（軟飯）	米	ひきわり納豆	ほうれん草
	鶏ひき肉と人参の煮物		鶏ひき肉	人参
	大根のスープ		みそ、かつお・昆布だし	大根、長ねぎ、まいだけ
8（土） 22（土）	白菜の煮込みうどん	うどん、さつま芋	しらす	白菜、玉ねぎ
	野菜の煮物	じゃが芋	かつおだし	人参、キャベツ
10（月） 24（月）	軟飯	米		
	ひき肉と野菜のケチャップ煮		豚もも肉	玉ねぎ、人参
	きゅうりの煮物			きゅうり、小ねぎ
	じゃが芋のスープ	じゃが芋	昆布だし	玉ねぎ
11（火） 25（火）	豚汁うどん	うどん、じゃが芋	豚もも肉、木綿豆腐	人参、大根
	小松菜のお浸し			小松菜、長ねぎ
12（水） 26（水）	鶏肉と青菜のケチャップごはん（軟飯）	米	鶏もも肉	ほうれん草
	ブロッコリーとさつま芋の煮物	さつま芋		ブロッコリー
	いんげんのスープ	じゃが芋	昆布だし	いんげん
13（木） 27（木）	食パン	食パン		
	ささみの煮物		ささみ	
	キャベツと人参の煮物			キャベツ、人参
	白菜の豆乳スープ		豆乳、かつお・昆布だし	白菜、玉ねぎ
14（金）	軟飯	米		
	鮭の照り煮		鮭	
	レタスときゅうりの煮物			レタス、きゅうり、ひじき
	コロコロ野菜のすまし汁		かつお・昆布だし	トマト、大根
15（土） 29（土）	三色混ぜごはん（軟飯）	米	豚ひき肉	人参、ほうれん草
	玉ねぎのスープ		かつおだし	玉ねぎ、かぼちゃ、えのき
28（金）	軟飯	米		
	鶏肉の煮物		鶏もも肉	
	人参とほうれん草の煮物			人参、ほうれん草
	かぼちゃのみそ汁		みそ、かつお・昆布だし	かぼちゃ、長ねぎ

※食材の仕入れにより、材料を変更する場合があります。