

おはんとう 25日(木)

令和8年6月分 離乳食献立表

ひとふし保育園

NO.1

	1・15(月)	2・16(火)	3・17(水)	4(木)	5・19(金)	6(土)
前期	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 10g 玉ねぎ 5 人参 5 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> トマトつぶしゆで 10g 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> ふ 3g じゃがいも 10 玉ねぎ 5 出し汁 豆腐のすり流し汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 10g 出し汁、片栗粉 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g じゃが芋 10 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 豆腐のくず煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 10g 出し汁、片栗粉 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイ 5g はくさい 5 出し汁 野菜スープ <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 10g 玉ねぎ 8 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 人参 5g じゃがいも 10 出し汁 みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 10g 人参 5 出し汁、みそ少し 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 20 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 アスパラサラダ <ul style="list-style-type: none"> アスパラガス 10g トマト 10 キャベツ 15 酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g ふとじゃがいもの煮物 <ul style="list-style-type: none"> ふ 6g じゃがいも 20 玉ねぎ 10 出し汁、砂糖、しょうゆ すまし汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 30g じゃが芋 20 玉ねぎ 20 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 20g 人参 8 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイ 15g はくさい 15 出し汁、砂糖、酢、しょうゆ 野菜スープ <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 15g 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g 人参 10 じゃがいも 20 出し汁、砂糖、しょうゆ みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g 人参 5 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉すりみ 10 人参 8 玉ねぎ 20 出し汁、砂糖、しょうゆ
後期完了期	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 20 人参 5 出し汁 アスパラサラダ <ul style="list-style-type: none"> アスパラガス 15g トマト 15 キャベツ 20 酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 豚肉とじゃがいもの煮物 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉(赤身)みじん 15g じゃがいも 20g 玉ねぎ 10 出し汁、砂糖、しょうゆ かきたま汁 <ul style="list-style-type: none"> 卵 15g 豆腐 30 出し汁、しょうゆ、片栗粉 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 牛肉(赤身)みじん 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 30 人参 15 出し汁、ケチャップ、砂糖 和え物 <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 30g 人参 10 出し汁、酢、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 鶏肉のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉ほぐし 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> チンゲンサイ 20g はくさい 20 すりごま、砂糖、酢、しょうゆ 野菜スープ <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 20g 玉ねぎ 15 人参 8 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 千切り大根の煮物 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g 千切り大根 4g 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ 豚汁 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉(赤身)みじん 10g 豆腐 30 人参 10 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ(軟飯) 90(90)g 鶏肉みじん 15 人参 10 玉ねぎ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

令和8年6月分 離乳食献立表

	8・22(月)	9・23(火)	10・24(水)	11・26(木)(金)	18(金)	13(土)
前期	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g はくさいスープ <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 10g 人参 5 玉ねぎ 5 はくさい 10 出し汁、しょうゆ 人参入りマッシュポテト <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 10g 人参 5 きゅうり 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 魚のすり流し煮 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚すりつぶし 10g 出し汁、片栗粉 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> ほうれんそう 5g はくさい 10 人参 5 出し汁 みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> ふ 1g 玉ねぎ 10 出し汁、みそ少し 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g じゃが芋 10 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 トマト <ul style="list-style-type: none"> トマトつぶしゆで 10g 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g じゃが芋 10 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 煮浸し <ul style="list-style-type: none"> はくさい 10g 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g つぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> ふ 2g じゃが芋 20 人参 5 出し汁 豆腐と野菜のつぶし煮 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 20g 大根 10 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 キャベツ 10 人参 5 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g はくさいスープ <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 30g 人参 5 玉ねぎ 10 はくさい 15 出し汁、しょうゆ ポテトサラダ <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 20g 人参 8 きゅうり 8 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 魚のほぐし煮 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚ほぐし 25g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 <ul style="list-style-type: none"> ほうれんそう 10g はくさい 15 人参 5 出し汁、砂糖、しょうゆ みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> 玉ねぎ 15g そうめん 4 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 鶏肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 20 玉ねぎ 20 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ フレンチサラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 15g きゅうり 10 トマト湯むき 10 出し汁、酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 新じゃがいもと玉ねぎの煮物 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 30g じゃがいも 20 玉ねぎ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ、みりん おひたし <ul style="list-style-type: none"> はくさい 15g きゅうり 10 人参 8 出し汁、しょうゆ、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 20 人参 5 三度豆 5 出し汁、砂糖、しょうゆ 豆腐と野菜のすまし汁 <ul style="list-style-type: none"> 豆腐 30g 大根 15 人参 10 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐つぶし 30 キャベツ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ
後期完了期	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g ワンタンスープ <ul style="list-style-type: none"> ミンチ(赤身) 10g 片栗粉 2 ワンタンの皮 1枚 人参 5 玉ねぎ 10 はくさい 15 出し汁、しょうゆ ポテトサラダ <ul style="list-style-type: none"> じゃが芋 30g 人参 10 きゅうり 10 マヨネーズ風調味料 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 煮魚 <ul style="list-style-type: none"> 白身魚 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ ごまあえ <ul style="list-style-type: none"> ほうれんそう 15g はくさい 20 人参 8 出し汁、すりごま、砂糖、しょうゆ みそ汁 <ul style="list-style-type: none"> 玉ねぎ 20g そうめん 6 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 鶏肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g じゃが芋 30 玉ねぎ 30 人参 15 出し汁、砂糖、しょうゆ フレンチサラダ <ul style="list-style-type: none"> キャベツ 20g きゅうり 10 トマト湯むき 15 出し汁、酢、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 新じゃがいもと玉ねぎの煮物 <ul style="list-style-type: none"> 牛肉(赤身)みじん 15g じゃがいも 30 玉ねぎ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ、みりん おひたし <ul style="list-style-type: none"> はくさい 20g きゅうり 15 人参 8 出し汁、しょうゆ、砂糖 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 <ul style="list-style-type: none"> 鶏肉みじん 15g じゃが芋 30 人参 10 三度豆 5 出し汁、砂糖、しょうゆ 肉と野菜のすまし汁 <ul style="list-style-type: none"> 豚肉(赤身)みじん 15g 豆腐 40 大根 20 人参 10 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい <ul style="list-style-type: none"> 全がゆ(軟飯) 90(90)g 豚肉(赤身)みじん 15 キャベツ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。

令和8年6月分 離乳食献立表

	12(金)	20(土)	27(土)	29(月)	30(火)
前期	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ 10倍がゆ 30g 人参 5 魚のすり流し煮 白身魚すりつぶし 出し汁、片栗粉 10g 煮浸し キャベツ 5g きゅうり 5 出し汁 みそ汁 じゃがいも 10g たまねぎ 10 出し汁、みそ少し 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 玉ねぎ 10 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 10倍がゆ 30~40g 豆腐つぶし 20 人参 5 玉ねぎ 10 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 野菜煮 豆腐つぶし 20g キャベツ 15 人参 5 出し汁、片栗粉 野菜スープ じゃが芋 10g 玉ねぎ 8 人参 5 出し汁 	<ul style="list-style-type: none"> つぶしがゆ 30~40g 豆腐のすり流し煮 豆腐 10g 人参 5 出し汁、片栗粉 煮浸し きゅうり 10g 出し汁
中期	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ 7~5倍がゆ 40g 人参つぶし 10 魚のほぐし煮 白身魚ほぐし 出し汁、砂糖、しょうゆ 25g 和え物 キャベツ 15g きゅうり 15 人参 3 出し汁、しょうゆ、砂糖 みそ汁 じゃがいも 15g たまねぎ 15 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐つぶし 30 玉ねぎ 20 人参 8 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐つぶし 30 人参 8 玉ねぎ 15 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 野菜煮 豆腐 30g キャベツ 30 人参 8 出し汁、しょうゆ、片栗粉 野菜スープ 鶏肉すりみ 10g じゃが芋 15 玉ねぎ 10 人参 8 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 7~5倍がゆ 50~80g 豆腐と野菜のくず煮 豆腐 40g 人参 10 出し汁、しょうゆ、片栗粉 和え物 きゅうり 15g 人参 8 もやし 10 酢、砂糖、しょうゆ
後期完了期	<ul style="list-style-type: none"> 人参がゆ ~ 軟飯 全がゆ(軟飯) 90(80)g 人参つぶし 20 煮魚 白身魚 35g 出し汁、砂糖、しょうゆ 和え物 キャベツ 20g きゅうり 20 人参 5 出し汁、しょうゆ、砂糖 みそ汁 じゃがいも 20g たまねぎ 20 出し汁、みそ 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(90)g ミンチ(赤身) 15 玉ねぎ 30 人参 10 出し汁、砂糖、しょうゆ くだもの 50g 	<ul style="list-style-type: none"> ぞうすい 全がゆ(軟飯) 90(90)g 豚肉(赤身)みじん 15 人参 10 玉ねぎ 30 出し汁、砂糖、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g 肉と野菜煮 牛肉(赤身)すりみ 15g キャベツ 40 人参 10 出し汁、しょうゆ、片栗粉 ミネストローネスープ 鶏肉みじん 15g じゃが芋 20 玉ねぎ 15 人参 10 トマト湯むき 10 出し汁、しょうゆ 	<ul style="list-style-type: none"> 全がゆ90 ~ 軟飯90g あんかけ豆腐 豆腐 60g ミンチ(赤身) 15 人参 10 出し汁、しょうゆ、片栗粉 和え物 きゅうり 20g 人参 10 もやし 15 酢、砂糖、しょうゆ

※献立は、その日の都合により変更することがあります。

※献立はあくまで目安であり、子どもの体調等により提供する食材や形態・量は異なります。

★必要に応じて出し汁や片栗粉で調整すること。