



2022年6月 どんぐりこども園 離乳食 中期・後期予定献立表



日	曜日	初期 5~6ヶ月頃	材料	中期 7~8ヶ月頃	材料	後期 9~11ヶ月頃	材料	日	曜日	初期 5~6ヶ月頃	材料	中期 7~8ヶ月頃	材料	後期 9~11ヶ月頃	材料
1	水			全がゆ 豆腐のとうろみ煮 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐 人参・キャベツ 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 肉団子のとうろみ煮 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豚肉 人参・キャベツ 玉ねぎ	17	金			全がゆ 野菜と豆腐の煮物 マッシュポテト 玉ねぎの味噌汁	米 豆腐・白菜・人参 じゃが芋 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 すき焼き風煮 マッシュポテト わかめと玉ねぎの味噌汁	米 豚肉・豆腐・白菜・人参 じゃが芋 わかめ・玉ねぎ
2	木			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜の煮物 麺のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 麺	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 野菜の煮物 麺のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 麺	18	土			全がゆ 野菜の煮物 さつま芋の甘煮 高野豆腐とキャベツのすまし汁	米 玉ねぎ・人参 さつま芋 高野豆腐・キャベツ	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 さつま芋の甘煮 高野豆腐とキャベツのすまし汁	米 豚肉・玉ねぎ・人参 さつま芋 高野豆腐・キャベツ
3	金			全がゆ 野菜と豆腐の煮物 マッシュポテト 玉ねぎの味噌汁	米 豆腐・白菜・人参 じゃが芋 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 すき焼き風煮 マッシュポテト わかめと玉ねぎの味噌汁	米 豚肉・豆腐・白菜・人参 じゃが芋 わかめ・玉ねぎ	20	月			味噌煮込みうどん キャベツのお浸し	米 うどん・人参・葱 キャベツ・きゅうり	味噌煮込みうどん キャベツのお浸し	米 豚肉・わかめ キャベツ・きゅうり
4	土			全がゆ 野菜の煮物 さつま芋の甘煮 高野豆腐とキャベツのすまし汁	米 玉ねぎ・人参 さつま芋 高野豆腐・キャベツ	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 さつま芋の甘煮 高野豆腐とキャベツのすまし汁	米 豚肉・玉ねぎ・人参 さつま芋 高野豆腐・キャベツ	21	火			ハン粥 鶏肉の煮物 かぼちゃ煮 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 かぼちゃ・人参 ブロッコリー	食パン 鶏肉の煮物 かぼちゃ煮 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 かぼちゃ・人参 ブロッコリー
6	月			味噌煮込みうどん キャベツのお浸し	米 うどん・人参・葱 キャベツ・きゅうり	味噌煮込みうどん キャベツのお浸し	米 うどん・人参・葱 豚肉・わかめ キャベツ・きゅうり	22	水			全がゆ 鮭の煮物 さつま芋の煮物 キャベツのすまし汁	米 鮭 さつま芋・人参 キャベツ	全がゆ～軟飯 鮭の煮物 さつま芋の煮物 キャベツのすまし汁	米 鮭 さつま芋・人参 キャベツ
7	火			ハン粥 鶏肉の煮物 かぼちゃ煮 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 かぼちゃ・人参 ブロッコリー	食パン 鶏肉の煮物 かぼちゃ煮 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 かぼちゃ・人参 ブロッコリー	23	木			全がゆ 鶏肉のだし煮 白菜のお浸し じゃが芋のスープ	米 鶏肉 白菜・人参・きゅうり じゃが芋・玉葱	全がゆ～軟飯 鶏肉のだし煮 白菜のお浸し じゃが芋のスープ	米 鶏肉 白菜・人参・きゅうり じゃが芋・玉葱
8	水			全がゆ 鮭の煮物 さつま芋の煮物 キャベツのすまし汁	米 鮭 さつま芋・人参 キャベツ	全がゆ～軟飯 鮭の煮物 さつま芋の煮物 キャベツのすまし汁	米 鮭 さつま芋・人参 キャベツ	24	金			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 納豆和え 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・絹さや 小松菜・人参・納豆 大根	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 納豆和え 大根の味噌汁	米 豚肉・高野豆腐・玉ねぎ・絹さや 小松菜・人参・納豆 大根
9	木			全がゆ 鶏肉のだし煮 白菜のお浸し じゃが芋のスープ	米 鶏肉 白菜・人参・きゅうり じゃが芋・玉葱	全がゆ～軟飯 鶏肉のだし煮 白菜のお浸し じゃが芋のスープ	米 鶏肉 白菜・人参・きゅうり じゃが芋・玉葱	25	土			全がゆ 豆腐の煮つけ 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐 人参・キャベツ 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 豆腐の煮つけ 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐・豚肉 人参・キャベツ 玉ねぎ
10	金			全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 納豆和え 大根の味噌汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・絹さや 小松菜・人参・納豆 大根	全がゆ～軟飯 豚肉と野菜の煮物 納豆和え 大根の味噌汁	米 豚肉・高野豆腐・玉ねぎ・絹さや 小松菜・人参・納豆 大根	27	月			全がゆ ささみの煮びたし 納豆の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ・人参 納豆・きゅうり・玉ねぎ ほうれん草	全がゆ～軟飯 ささみの煮びたし 納豆の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ・人参 納豆・きゅうり・玉ねぎ ほうれん草
11	土			全がゆ 豆腐の煮つけ 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐 人参・キャベツ 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 豆腐の煮つけ 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐・豚肉 人参・キャベツ 玉ねぎ	28	火			全がゆ 鶏肉の煮物 じゃが芋とほうれん草のサラダ 白菜のスープ	米 鶏肉 じゃが芋・ほうれん草 白菜・人参	全がゆ～軟飯 鶏肉の煮物 じゃが芋とほうれん草のサラダ 白菜のスープ	米 鶏肉 じゃが芋・ほうれん草 白菜・人参
13	月			全がゆ ささみの煮びたし 納豆の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ・人参 納豆・きゅうり・玉ねぎ ほうれん草	全がゆ～軟飯 ささみの煮びたし 納豆の煮物 ほうれん草の味噌汁	米 鶏肉・キャベツ・人参 納豆・きゅうり・玉ねぎ ほうれん草	29	水			全がゆ ツナと野菜のうま煮 大根の煮物 小松菜のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 大根・きゅうり 小松菜	全がゆ～軟飯 ツナと野菜のうま煮 大根の煮物 小松菜のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 大根・きゅうり 小松菜
14	火			全がゆ 豆腐のとうろみ煮 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐 人参・キャベツ 玉ねぎ	全がゆ～軟飯 肉団子のとうろみ煮 茹で野菜 玉ねぎのすまし汁	米 豚肉 人参・キャベツ 玉ねぎ	30	木			全がゆ 煮魚 高野豆腐の煮物 キャベツと玉ねぎの味噌汁	米 鮭 高野豆腐・人参 キャベツ・玉ねぎ	全がゆ～軟飯 煮魚 高野豆腐の煮物 キャベツと玉ねぎの味噌汁	米 鮭 高野豆腐・人参 キャベツ・玉ねぎ
15	水			全がゆ ツナと野菜のうま煮 大根の煮物 小松菜のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 大根・きゅうり 小松菜	全がゆ～軟飯 ツナと野菜のうま煮 大根の煮物 小松菜のスープ	米 ツナ・玉ねぎ・人参 大根・きゅうり 小松菜								
16	木			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜の煮物 麺のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 麺	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 野菜の煮物 麺のスープ	米 鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ ほうれん草・人参 麺								

*材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

*献立の「軟飯・お粥・つぶし粥」に使用しているお米は、国内産米となっています。

*保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しいただき、お預けください。