



2023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
1	木			全がゆ 野菜のそぼろ煮 納豆煮 キャベツのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・小松菜 人参・もやし・納豆 キャベツ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 納豆煮 キャベツのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・小松菜 人参・もやし・納豆 キャベツ
2	金			全がゆ ささみのシチュー	米 ささみ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳	全がゆ～軟飯 ささみのシチュー	米 ささみ・じゃが芋 玉ねぎ・人参・牛乳
3	土			全がゆ カレイと野菜の煮物 麩のスープ	米 カレイ・玉ねぎ・人参 麩	全がゆ～軟飯 カレイと野菜の煮物 麩のスープ	米 カレイ・玉ねぎ・人参 麩
5	月			全がゆ 豆腐の煮物 切干大根の煮物 玉ねぎのすまし汁	米 豆腐・長ねぎ 切干大根・人参・きゅうり	全がゆ～軟飯 麻婆豆腐 切干大根の煮物 玉ねぎのすまし汁	米 豚肉・豆腐・長ねぎ 切干大根・人参・きゅうり
6	火			パンがゆ 鶏肉の照り煮 じゃが芋の煮物 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 じゃが芋・人参 ブロッコリー	パンがゆ～食パン 鶏肉のケチャップ煮 じゃが芋の煮物 ブロッコリーのスープ	食パン 鶏肉 じゃが芋・人参 ブロッコリー
7	水			全がゆ 鮭の塩煮 人参とキャベツの煮びたし 麩の味噌汁	米 鮭 人参・キャベツ 麩	全がゆ～軟飯 鮭の塩煮 人参とキャベツの煮びたし 麩の味噌汁	米 鮭 人参・キャベツ 麩
8	木			味噌煮込みうどん 白菜のお浸し	うどん・高野豆腐 キャベツ・長ねぎ 白菜・人参	味噌煮込みうどん 白菜のおかか煮	うどん・高野豆腐・豚肉 キャベツ・長ねぎ 白菜・人参・かつお節
9	金			全がゆ 鶏肉のトマト煮 もやしの煮びたし マカロニスープ	米 鶏肉・トマト・玉ねぎ もやし・人参 マカロニ	全がゆ～軟飯 鶏肉のトマト煮 もやしの煮びたし マカロニスープ	米 鶏肉・トマト・玉ねぎ もやし・人参 マカロニ
10	土			全がゆ 高野豆腐のそぼろ煮 野菜の味噌汁	米 高野豆腐・鶏肉 玉ねぎ・人参	全がゆ～軟飯 高野豆腐のそぼろ煮 野菜の味噌汁	米 高野豆腐・鶏肉 玉ねぎ・人参
12	月			全がゆ 納豆煮 スパゲティ煮 麩のすまし汁	米 納豆・人参・キャベツ・玉ねぎ スパゲティ・きゅうり 麩	全がゆ～軟飯 納豆煮 スパゲティ煮 麩のすまし汁	米 納豆・人参・キャベツ・玉ねぎ スパゲティ・きゅうり 麩
13	火			全がゆ 高野豆腐の煮物 かぼちゃの甘煮 なすと玉ねぎのスープ	米 高野豆腐・人参 かぼちゃ なす・玉ねぎ	全がゆ～軟飯 豚肉の煮物 かぼちゃの甘煮 なすと玉ねぎのスープ	米 豚肉・人参 かぼちゃ なす・玉ねぎ
14	水			全がゆ 筑前煮風 ツナ煮 チンゲン菜の味噌汁	米 鶏肉・人参・いんげん ツナ・キャベツ チンゲン菜	全がゆ～軟飯 筑前煮風 ツナ煮 チンゲン菜の味噌汁	米 鶏肉・人参・いんげん ツナ・キャベツ チンゲン菜
15	木			全がゆ カレイと野菜の煮つけ もやしの煮びたし キャベツのスープ	米 カレイ・ピーマン・人参 もやし・ほうれん草 キャベツ	全がゆ～軟飯 カレイと野菜の煮つけ もやしの煮びたし キャベツとわかめのスープ	米 カレイ・ピーマン・人参 もやし・ほうれん草 キャベツ・わかめ

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
16	金			全がゆ しらすのシチュー 切干大根の煮物	米 しらす・玉ねぎ 人参・牛乳 切干大根・きゅうり	全がゆ～軟飯 ポークシチュー 切干大根の煮物	米 豚肉・玉ねぎ 人参・牛乳 切干大根・きゅうり
17	土			全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉と野菜の煮物 麩のスープ	米 鶏肉・人参・玉ねぎ 麩
19	月			トマトスパゲティ煮 野菜の煮びたし	スパゲティ・トマト 玉ねぎ・人参・麩 キャベツ・きゅうり	ミートスパゲティ煮 野菜とひじきの煮びたし	スパゲティ・トマト 玉ねぎ・人参・豚肉 キャベツ・きゅうり・ひじき
20	火			パンがゆ 鶏肉とブロッコリーのシチュー 小松菜のお浸し	食パン 鶏肉・ブロッコリー じゃが芋・玉ねぎ・牛乳 小松菜・人参	パンがゆ～食パン 鶏肉とブロッコリーのシチュー 小松菜のお浸し	食パン 鶏肉・ブロッコリー じゃが芋・玉ねぎ・牛乳 小松菜・人参
21	水			全がゆ カレイの煮つけ 野菜の甘煮 白菜と豆腐の味噌汁	米 カレイ 人参・キャベツ・きゅうり 白菜・豆腐	全がゆ～軟飯 鱈の煮つけ 野菜の甘煮 白菜と豆腐の味噌汁	米 鱈 人参・キャベツ・きゅうり 白菜・豆腐
22	木			全がゆ 高野豆腐の旨煮 マカロニ煮 さつま芋と玉ねぎのすまし汁	米 高野豆腐・玉ねぎ・人参 マカロニ・キャベツ さつま芋・玉ねぎ	全がゆ～軟飯 豚肉の旨煮 マカロニ煮 さつま芋と玉ねぎのすまし汁	米 豚肉・玉ねぎ・人参 マカロニ・キャベツ さつま芋・玉ねぎ
23	金			全がゆ しらすのトマト煮 切干大根の煮物 長ねぎのスープ	米 しらす・玉ねぎ・キャベツ・トマト 切干大根・人参 長ねぎ	全がゆ～軟飯 トマトのそぼろ煮 切干大根の煮物 長ねぎのスープ	米 豚肉・玉ねぎ・キャベツ・トマト 切干大根・人参 長ねぎ
24	土			全がゆ カレイと野菜の煮物 野菜の味噌汁	米 カレイ・人参・玉ねぎ もやし・長ねぎ	全がゆ～軟飯 カレイと野菜の煮物 野菜の味噌汁	米 カレイ・人参・玉ねぎ もやし・長ねぎ
26	月			全がゆ 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 麩のすまし汁	米 鶏肉 人参 麩	全がゆ～軟飯 鶏肉の照り煮 人参の甘煮 麩のすまし汁	米 鶏肉 人参 麩
27	火			全がゆ 野菜のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 長ねぎのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 さつま芋 長ねぎ	全がゆ～軟飯 野菜のそぼろ煮 さつま芋の甘煮 長ねぎのスープ	米 鶏肉・玉ねぎ・人参 さつま芋 長ねぎ
28	水			全がゆ カレイの煮つけ キャベツのお浸し もやしの味噌汁	米 カレイ キャベツ・人参 もやし	全がゆ～軟飯 カレイの煮つけ キャベツのお浸し もやしとわかめの味噌汁	米 カレイ キャベツ・人参 もやし・わかめ
29	木			全がゆ 豆腐の煮物 ピーマン煮 白菜のスープ	米 豆腐・玉ねぎ ピーマン・人参・きゅうり 白菜	全がゆ～軟飯 肉豆腐 ピーマン煮 白菜のスープ	米 豚肉・豆腐・玉ねぎ ピーマン・人参・きゅうり 白菜
30	金			全がゆ カレイと野菜の煮つけ もやしの煮びたし キャベツのスープ	米 カレイ・ピーマン・人参 もやし・ほうれん草 キャベツ	全がゆ～軟飯 カレイと野菜の煮つけ もやしの煮びたし キャベツとわかめのスープ	米 カレイ・ピーマン・人参 もやし・ほうれん草 キャベツ・わかめ

*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ください。よろしくお願いいたします。