

6月

保育園離乳食献立表

所沢市立保育園

2025年

	7. 8か月頃		9～11ヵ月頃		12～18ヵ月頃	
日(曜)	午 前	午 後	午 前	午 後	午 前	午 後
2日(月)	5倍粥 大根のそぼろ煮 小松菜と人参のやわらか煮 わかめと鮎のすまし汁 ミルク	ゆでじゃがいも 豆腐とキャベツのすまし汁 つぶしバナナ ミルク	3倍粥 大根のそぼろ煮 小松菜のおだし わかめと鮎のみそ汁 ミルク	ゆでじゃがいも 豆腐とキャベツのみそ汁 バナナ ミルク	軟飯 大根と豚肉の煮物 小松菜のえのきあえ わかめと鮎のみそ汁	みそポテト 豆腐とキャベツのみそ汁 バナナ 牛乳
3日(火)	5倍粥 ふわふわ肉団子のクリーム煮 キャベツと人参のやわらか煮 ほうれん草のスープ ミルク	にゅうめん ゆでさつまいも ミルク	3倍粥 肉団子のクリーム煮 キャベツサラダ ほうれん草のスープ ミルク	にゅうめん ゆでさつまいも ミルク	ミルクハヤシライス ツナサラダ ほうれん草のスープ	にゅうめん ゆでさつまいも 牛乳
4日(水)	5倍粥 鮎のくす煮 きゅうりと人参のやわらか煮 かぶと玉ねぎのすまし汁 ミルク	わかめ粥 スナックエンドウのすまし汁 煮飯 ミルク	3倍粥 鮎の煮つけ 野菜スティック かぶと玉ねぎのみそ汁 ミルク	わかめ粥 スナックエンドウのみそ汁 煮飯 ミルク	軟飯 さけの塩焼き きんぴらごぼう きゅうりの塩もみ えのきと油揚げのみそ汁	塩昆布おにぎり スナックエンドウのみそ汁 煮飯 牛乳
5日(木)	5倍粥 ふわふわつくね煮 キャベツのいそ煮 なすと玉ねぎのすまし汁 ミルク	きなこ粥 チキンスープ ほくしオレンジ ミルク	3倍粥 つくねの甘辛煮 キャベツのいそ煮 なすと玉ねぎのみそ汁 ミルク	マカロニきなこ チキンスープ オレンジ ミルク	軟飯 とり天 キャベツの佃煮漬 なすのみそ汁	マカロニのきなこあえ チキンスープ オレンジ 牛乳
6日(金)	5倍粥 高野豆腐のふわふわ煮 刻みトマト じゃがいもと玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルクパン粥 ツナといんげん草のスープ 煮フルーン ミルク	3倍粥 高野豆腐の煮物 トマト じゃがいもと玉ねぎのみそ汁 ミルク	カリカリトースト ツナといんげん草のスープ 煮フルーン ミルク	軟飯 高野豆腐の煮物 いんげん草のみそあえ トマト じゃがいもとにらのみそ汁	手作りヨーグルトパン ツナといんげん草のスープ フルーン 牛乳
7日(土)	うどんナポリタン わかめと玉ねぎのスープ ほくしオレンジ ミルク	チーズパン粥 ジュリアンスープ つぶしバナナ ミルク	うどんナポリタン わかめと玉ねぎのスープ オレンジ ミルク	チーズトースト ジュリアンスープ バナナ ミルク	スパゲッティナポリタン わかめと玉ねぎのスープ オレンジ	チーズトースト ジュリアンスープ バナナ 牛乳
9日(月)	5倍粥 じゃがいもと人参のそぼろ煮 ブロッコリーのやわらか煮 わかめと人参のスープ ミルク	ツナ粥 ミネストローネ 米粉オレンジ ミルク	3倍粥 じゃがいもと人参のそぼろ煮 青ゆでブロッコリー わかめと人参のスープ ミルク	ツナ粥 ミネストローネ オレンジ ミルク	軟飯 豚肉とじゃがいもの細切り炒め ブロッコリーのナムル わかめスープ	ツナピラフ ミネストローネ ブロッコリー 牛乳
10日(火)	5倍粥 かれいのくす煮 人参といんげん草のやわらか煮 小松菜と玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルクパン粥 チキンスープ つぶしバナナ ミルク	3倍粥 かれいの煮つけ 野菜スティック 小松菜と玉ねぎのみそ汁 ミルク	ごまラスク チキンスープ バナナ ミルク	軟飯 ホキチの器揚げ ひじきのいり煮 小松菜と豆腐のみそ汁	ごまラスク チキンスープ バナナ 牛乳
11日(水)	煮込みうどん アスパラガスと人参のやわらか煮 プレーンヨーグルト ミルク	のり粥 ほうれん草と玉ねぎのすまし汁 豆腐の人参あんかけ ミルク	煮込みうどん アスパラと人参のサラダ プレーンヨーグルト ミルク	のり粥 ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 豆腐の人参あんかけ ミルク	五目うどん 温野菜サラダ プレーンヨーグルト	塩のおにぎり ほうれん草と玉ねぎのみそ汁 豆腐の人参あんかけ 牛乳
12日(木)	5倍粥 ふわふわ肉団子の オニオンソースかけ ブロッコリーのおかか煮 オクラと玉ねぎのすまし汁 ミルク	じゃがいもと人参の煮物 豆腐の人参あんかけ ほうれん草のスープ ミルク	3倍粥 肉団子のオニオンソースかけ ブロッコリーのおかか煮 オクラと玉ねぎのみそ汁 ミルク	じゃがもち 豆腐の人参あんかけ ほうれん草のスープ ミルク	軟飯 肉団子のオニオンソースかけ ブロッコリーのおかか煮 煮飯 オクラと玉ねぎのみそ汁	じゃがもち 豆腐の人参あんかけ ほうれん草のスープ ミルク
13日(金)	5倍粥 ふわふわ肉団子とキャベツの煮物 ゆでかぼちゃ かぶと玉ねぎのすまし汁 ミルク	バターパン粥 米粉シチュー 人参のコン煮 ミルク	3倍粥 肉団子とキャベツの煮物 ゆでかぼちゃ かぶと玉ねぎのみそ汁 ミルク	カリカリトースト 米粉シチュー 人参のコン煮 ミルク	わかめごはん 肉団子とキャベツの煮物 かぼちゃの煮つけ もやしとえのきのみそ汁	カリカリトースト 米粉シチュー 人参のコン煮 牛乳
14日(土)	焼うどん風 ポテトスープ ほくしオレンジ ミルク	青菜粥 豆腐とキャベツのすまし汁 つぶし枝豆と人参のやわらか煮 ミルク	焼うどん ポテトスープ オレンジ ミルク	青菜粥 豆腐とキャベツのみそ汁 枝豆と人参の煮物 ミルク	焼きそば ポテトスープ オレンジ	菜めしおにぎり 豆腐とキャベツのみそ汁 枝豆と人参の煮物 牛乳
16日(月)	5倍粥 かれいの野菜あんかけ ゆでさつまいも チンゲン菜と玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルクパン粥 ツナとトマトのスープ つぶしバナナ ミルク	3倍粥 かれいの野菜あんかけ ゆでさつまいも チンゲン菜と玉ねぎのみそ汁 ミルク	ホットケーキ ツナとトマトのスープ バナナ ミルク	軟飯 かれいの煮つけ オクラといんげん草のあえもの さつまいもの甘煮 チンゲン菜とめしものみそ汁	ホットケーキ ツナとトマトのスープ バナナ 牛乳
17日(火)	5倍粥 ひじき入りふわふわつくね煮 ツナとキャベツのやわらか煮 大根と鮎のすまし汁 ミルク	煮込みうどん ブロッコリー つぶしオレンジ ミルク	3倍粥 ひじき入りつくね ツナサラダ 大根と鮎のみそ汁 ミルク	煮込みうどん ブロッコリー オレンジ ミルク	ふきごはん 鶏肉の塩こうじ焼き キャベツの和風サラダ 大根と鮎のみそ汁	煮込みうどん ブロッコリー オレンジ 牛乳
18日(水)	5倍粥 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのしらす煮 いんげん草とじゃが芋のすまし汁 ミルク	鮎粥 小松菜と玉ねぎのすまし汁 キャベツのおかか煮 ミルク	3倍粥 豆腐の野菜あんかけ きゅうりのしらす煮 いんげん草とじゃがいものみそ汁 ミルク	鮎粥 小松菜と玉ねぎのみそ汁 キャベツのおかか煮 ミルク	軟飯 主揚げと野菜の炒め煮 きゅうりのしらす煮 いんげん草とじゃが芋のみそ汁	鮎のおにぎり 小松菜と玉ねぎのみそ汁 キャベツのおかか煮 牛乳
19日(木)	5倍粥 ふわふわ肉団子 大根と人参のやわらか煮 オクラと玉ねぎのすまし汁 ミルク	ゆでじゃがいも ピーマンスープ 煮フルーン ミルク	3倍粥 肉団子の甘辛煮 野菜スティック オクラと玉ねぎのみそ汁 ミルク	粉ふきいも ピーマンスープ 煮フルーン ミルク	軟飯 からあげ 切り干し大根のおかか煮 オクラと玉ねぎのみそ汁	じゃがバター ピーマンスープ フルーン 牛乳
20日(金)	5倍粥 クリーム煮 アスパラガスと人参のやわらか煮 わかめと玉ねぎのスープ ミルク	きなこパン粥 ジュリアンスープ つぶしバナナのヨーグルトあえ ミルク	3倍粥 クリーム煮 アスパラと人参のサラダ わかめと玉ねぎのスープ ミルク	きなこトースト ジュリアンスープ バナナのヨーグルトあえ ミルク	ミルクカレー サイコロサラダ わかめと玉ねぎのスープ	きなこトースト ジュリアンスープ バナナのヨーグルトあえ 牛乳
21日(土)	煮込みうどん きゅうりのやわらか煮 プレーンヨーグルト ミルク	パン粥 ミルクスープ つぶしバナナ ミルク	煮込みうどん きゅうりスティック プレーンヨーグルト ミルク	カリカリトースト ミルクスープ バナナ ミルク	肉うどん きゅうりスティック プレーンヨーグルト	ねじりパン ミルクスープ バナナ 牛乳
23日(月)	納豆粥 ふわふわつくね煮 小松菜のいそ煮 かぼちゃと玉ねぎのすまし汁 ミルク	おかか粥 鶏汁 刻みトマト ミルク	納豆粥 つくねの甘辛煮 小松菜のいそ煮 かぼちゃと玉ねぎのみそ汁 ミルク	おかか粥 豚汁 トマト ミルク	軟飯 つくねの甘辛煮 ねばねばあえ かぼちゃと長ねのみそ汁	梅おかかおにぎり 豚汁 トマト 牛乳
24日(火)	5倍粥 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のやわらか煮 わかめと玉ねぎのスープ ミルク	ゆでかぼちゃ 春雨スープ キャベツのコン煮 ミルク	3倍粥 鶏肉と野菜の炒め煮 野菜スティック わかめと玉ねぎのスープ ミルク	ゆでかぼちゃ 春雨スープ キャベツのコン煮 ミルク	軟飯 ビーフンソテー しょうまい きゅうりナムル わかめスープ	ゆでかぼちゃ 春雨スープ キャベツのコン煮 牛乳
25日(水)	5倍粥 肉じゃが キャベツのおかか煮 なすと玉ねぎのすまし汁 ミルク	ミルクパン粥 かぶとツナのスープ 人参のチーズ煮 ミルク	3倍粥 肉じゃが キャベツのおかか煮 なすと玉ねぎのみそ汁 ミルク	蒸しパン かぶとツナのスープ 人参のチーズ煮 ミルク	軟飯 肉じゃが キャベツの塩昆布あえ えのきと玉ねぎのみそ汁	甘露煮パン かぶとツナのスープ 人参のチーズ煮 牛乳
26日(木)	5倍粥 かじきのくす煮 野菜のやわらか煮 ほうれん草と鮎のすまし汁 ミルク	人参パン粥 コンスープ 煮フルーン ミルク	3倍粥 かじきのみそ煮 サイコロサラダ ほうれん草と鮎のすまし汁 ミルク	人参ジャムサンド コンスープ 煮フルーン ミルク	軟飯 かじきのみそ焼き マカロニサラダ すまし汁	いちごジャムサンド コンスープ フルーン 牛乳
27日(金)	5倍粥 かぼちゃと鶏肉の煮物 ブロッコリーのやわらか煮 なすと豆腐のすまし汁 ミルク	焼うどん風 小松菜のスープ プラマンジェ ミルク	3倍粥 かぼちゃと鶏肉の煮物 青ゆでブロッコリー なすと豆腐のみそ汁 ミルク	焼うどん 小松菜のスープ プラマンジェ ミルク	軟飯 白酢豚 青ゆでブロッコリー なすと生揚げのみそ汁	焼きそば 小松菜のスープ プラマンジェ 牛乳
28日(土)	けんちんうどん ゆでじゃがいも プレーンヨーグルト ミルク	わかめ粥 ほうれん草のすまし汁 つぶしバナナ ミルク	けんちんうどん 粉ふきいも プレーンヨーグルト ミルク	わかめ粥 ほうれん草のみそ汁 バナナ ミルク	きつねうどん 粉ふきいも プレーンヨーグルト	わかめおにぎり ほうれん草のみそ汁 バナナ 牛乳
30日(月)	5倍粥 ふわふわ肉団子のトマト煮 キャベツと人参のやわらか煮 さつまいもと玉ねぎのすまし汁 ミルク	チーズ粥 鶏とチンゲン菜のすまし汁 ほくしオレンジ ミルク	3倍粥 煮込みハンバーグ キャベツサラダ さつまいもと玉ねぎのみそ汁 ミルク	チーズ粥 鶏とチンゲン菜のみそ汁 オレンジ ミルク	軟飯 ボークチャップ 大豆サラダ きのこのみそ汁	チーズとおかかおにぎり 鶏とチンゲン菜のみそ汁 オレンジ 牛乳