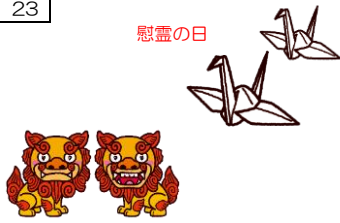


2026年 6月

予定献立表

月		火		水		木		金		土	
1	つぶし10倍粥 豆腐と人参のだし煮 じゃがいものトトロロ	2	つぶし10倍粥 魚と玉ねぎののりとろ煮 人参のペースト	3	つぶし10倍粥 豆腐のペースト ブロッコリーのだし煮	4	つぶし10倍粥 魚と玉葱のすり流し 人参ペースト	5	つぶし10倍粥 豆腐と人参のおろし ブロッコリーのペースト	6	つぶし10倍粥 魚のすり流し バナナのペースト
8	つぶし10倍粥 豆腐と小松菜のすり流し 玉葱と人参のスープ	9	つぶし10倍粥 魚と人参煮 じゃがいもペースト	10	つぶし10倍粥 豆腐のすり流し 胡瓜ペースト	11	つぶし10倍粥 魚のすり流し 人参と玉葱のスープ	12	南瓜粥 豆腐のペースト へちまのだし煮	13	つぶし10倍粥 魚ペースト 大根のすり流し
15	つぶし10倍粥 豆腐のペースト バナナのペースト	16	つぶし10倍粥 魚と人参煮 ブロッコリーのだし煮	17	つぶし10倍粥 豆腐と人参のペースト じゃがいものペースト	18	おべんとう 	19	10倍粥 豆腐ペースト ほうれん草のスープ	20	つぶし10倍粥 魚のすり流し バナナペースト
22	つぶし10倍粥 豆腐と人参のペースト 胡瓜のトトロロ煮	23	慰霊の日 	24	つぶし10倍粥 魚と人参のペースト 玉葱のすり流し	25	シラス粥 豆腐のだし煮 じゃが芋のスープ	26	つぶし10倍粥 魚のすり流し クリームコーンスープ	27	つぶし10倍粥 豆腐と人参煮 キャベツペースト
29	つぶし10倍粥 魚とオクラののりとろ煮 トマトスープ	30	つぶし10倍粥 豆腐のペースト さつまいもペースト								
初期		5～6カ月の離乳食 この時期は、母乳やミルク以外のものを飲み込む練習をします。 離乳食の形態は、滑らかにすりつぶしたポタージュ状のがおすすめです！ 今はまだ、栄養のほとんどを母乳やミルクから摂りますので、離乳食を沢山食べなくても 悩む必要はありません。離乳食に慣れてきたら次のステップに進みましょう！！									

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。

日付	曜	材料と体内での主なはたらき		
		血や肉となる食べ物	力や熱となる食物	体の調子を整える食物
1	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ じゃがいも	人参
2	火	ホキ	1 0 倍がゆ	玉葱 人参
3	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	ブロッコリー
4	木	赤魚	1 0 倍がゆ	玉葱 人参
5	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	人参 ブロッコリー
6	土	鮭	1 0 倍がゆ	バナナ
7	日			
8	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	小松菜 玉葱 人参
9	火	ホキ	1 0 倍がゆ じゃがいも	人参
10	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	胡瓜
11	木	ホキ	1 0 倍がゆ	人参 玉葱
12	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	南瓜 ヘチマ
13	土	赤魚	1 0 倍がゆ	大根
14	日			
15	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	バナナ
16	火	鮭	1 0 倍がゆ	人参 ブロッコリー
17	水	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ じゃがいも	人参
18	木			
19	金	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ	ホウレン草
20	土	ホキ	1 0 倍がゆ	バナナ
21	日			
22	月	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	人参 胡瓜
23	火			
24	水	赤魚	1 0 倍がゆ	人参 玉葱
25	木	シラス 絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ じゃがいも	
26	金	ホキ	1 0 倍がゆ	キャベツ クリーム缶
27	土	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ 片栗粉	人参 キャベツ
28	日			
29	月	鮭	1 0 倍がゆ 片栗粉	角切 トマト
30	火	絹ごし豆腐	1 0 倍がゆ さつまいも	
	土			

☆保育所の行事、材料等の都合により献立を変更することがあります。また、月例に応じて食材、調理形態を変更することがあります。