



# 6月 離乳食献立表(初期)



今川学園 園長 篠瀬 実千代

日	曜日	献立名		主 な 材 料	日	曜日	献立名		主 な 材 料
		お	か ず				お	か ず	
1	月	おかゆ	豆腐のうらごし 小松菜と玉ねぎのうらごし	米 豆腐 小松菜・玉ねぎ	17	水	おかゆ	豆腐のうらごし じゃがいもと三度豆のペースト	米 豆腐 じゃがいも・三度豆
2	火	おかゆ	白身魚のすりながし キャベツと人参のピューレ	米 白身魚 キャベツ・人参	18	木	おかゆ	白身魚のすりながし ほうれん草とブロッコリーのペースト	米 白身魚 ほうれん草・ブロッコリー
3	水	おかゆ	豆腐のうらごし ブロッコリーと玉ねぎのペースト	米 豆腐 ブロッコリー・玉ねぎ	19	金	おかゆ	豆腐のうらごし じゃがいもとキャベツのペースト	米 豆腐 じゃがいも・キャベツ
4	木	おかゆ	白身魚のすりながし かぼちゃと人参のペースト	米 白身魚 かぼちゃ・人参	20	土	おかゆ	白身魚のすりながし ほうれん草と人参のペースト	米 白身魚 ほうれん草・人参
5	金	おかゆ	豆腐のうらごし 三度豆と人参のペースト	米 豆腐 三度豆・人参	22	月	おかゆ	白身魚のすりながし きゅうりと玉ねぎのピューレ	米 白身魚 きゅうり・玉ねぎ
6	土	おかゆ	白身魚のすりながし じゃがいもと人参のペースト	米 白身魚 じゃがいも・人参	23	火	おかゆ	豆腐のうらごし ブロッコリーと人参のペースト	米 豆腐 ブロッコリー・人参
8	月	おかゆ	豆腐のうらごし きゅうりと玉ねぎのピューレ	米 豆腐 きゅうり・玉ねぎ	24	水	おかゆ	豆腐のうらごし じゃがいもとキャベツのペースト	米 豆腐 じゃがいも・キャベツ
9	火	おかゆ	白身魚のすりながし 大根とにんじんのピューレ	米 白身魚 大根・人参	25	木	おかゆ	白身魚のすりながし レタスと人参のピューレ	米 白身魚 レタス・人参
10	水	おかゆ	豆腐のうらごし じゃがいもと玉ねぎのペースト	米 豆腐 じゃがいも・玉ねぎ	26	金	おかゆ	白身魚のすりながし ほうれん草と人参のペースト	米 白身魚 ほうれん草・人参
11	木	おかゆ	白身魚のすりながし じゃがいもと人参のペースト	米 白身魚 じゃがいも・人参	27	土	おかゆ	白身魚のすりながし 玉ねぎと人参のピューレ	米 白身魚 玉ねぎ・人参
12	金	おかゆ	豆腐のうらごし ブロッコリーとじゃがいものペースト	米 豆腐 ブロッコリー・じゃがいも	29	月	おかゆ	豆腐のうらごし じゃがいもと人参のペースト	米 豆腐 じゃがいも・人参
13	土	おかゆ	白身魚のすりながし 玉ねぎと人参のピューレ	米 白身魚 玉ねぎ・人参	30	火	おかゆ	白身魚のすりながし きゅうりと白菜のピューレ	米 白身魚 きゅうり・白菜
15	月	おかゆ	白身魚のすりながし きゅうりと玉ねぎのピューレ	米 白身魚 きゅうり・玉ねぎ					
16	火	おかゆ	白身魚のすりながし ほうれん草と人参のペースト	米 白身魚 ほうれん草・人参					