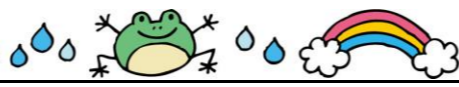




2023年度 6月離乳食献立



門司保育所(みどり園)

	幼児食		午前	昼食		午後おやつ 7カ月～
	昼食	午後おやつ *は手作り		5,6カ月～		
				7カ月～		
1 木	煮魚 きゅうりのごまあえ そうめん汁	牛乳 *麩のラスク	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(ポテト)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) そうめん汁(野菜)	麩レンチトースト (麩・ミルク・砂糖・バター) 野菜スープ
2 金	鶏肉のみそ焼き風 (付)アスパラ・人参 わかめと玉ねぎのすまし汁	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮(玉ねぎ)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) すまし汁(野菜)	ツナのピラフ風 (米20・野菜・バター) 野菜スープ
3 土	肉みそうどん バナナ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	煮込みうどん (麺・だし・野菜) バナナ	煮込みうどん (麺・ミンチ・野菜・だし) バナナ	たまごがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
5 月	手羽中の照り煮 小松菜とツナの中華和え きのこわかめの中華スープ	牛乳 *くろくりこ	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(小松菜)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) わかめスープ	黄粉がゆ(米20) 野菜スープ
6 火	ミートスパゲッティ 青梗菜と豆腐のスープ	牛乳 あられ おやついりこ	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ	スープスパゲッティ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) 野菜サラダ	チーズ入りお焼き (米20・野菜・片栗) 野菜スープ
7 水	豚肉と野菜のしょうが風味焼き じゃが芋と油揚げのみそ汁	牛乳 *キャロットちゃん	ミルク	5分がゆ(米10) ポテトマッシュ(人参)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(野菜)	野菜がゆ(米20・野菜) 野菜スープ
8 木	キャベツのハンバーグ トマト オニオンスープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮(人参)	全がゆ(米20)・オニオンスープ キャベツのハンバーグ・トマト (ミンチ・野菜・豆腐)	豆腐蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
9 金	おいどん揚げ オクラの甘酢あえ もやしのみそ汁	飲むヨーグルト せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(野菜)	全がゆ(米20) すり身団子入りみそ汁(野菜) オクラサラダ	焼いも 固形ヨーグルト
10 土	炒めビーフン わかめスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	おにぎり(米10) 炒めビーフン(ミンチ・野菜) わかめスープ	おにぎり(米20・野菜) みそ汁(野菜)
12 月	レバーボール ボイルキャベツ もずくスープ	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	全がゆ(米20) レバーのトマト煮(ポテト) 野菜スープ	パンがゆ(ミルク・野菜) キャベツサラダ
13 火	大豆入りキーマカレー トマトとオクラのサラダ	牛乳 オレンジ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(トマト)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	大豆のおやき (野菜・片栗・油) オレンジ
14 水	魚の南蛮漬け トマト・胡瓜もみ えのきと人参のみそ汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし)	全がゆ(米20) ムニエル(小麦粉・バター) 胡瓜サラダ・トマトスープ	ミルクがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
15 木	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 おかき	ミルク	5分がゆ(米10) 大豆のポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ポテト) 野菜スープ	あんかけごはん (米20・ミンチ・野菜・片栗) 人参スティック
16 金	鶏肉のみそ焼き風 (付)アスパラ・人参 わかめと玉ねぎのすまし汁	牛乳 *フルーツポンチ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参のミルク煮(玉ねぎ)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) すまし汁(野菜)	バナナ蒸しパン(HM) 野菜スープ
17 土	肉みそうどん バナナ	牛乳 丸ボーロ	ミルク	煮込みうどん (麺・だし・野菜) バナナ	煮込みうどん (麺・ミンチ・野菜・だし) バナナ	たまごがゆ(米20・野菜) 野菜スープ
19 月	おいどん揚げ オクラの甘酢あえ もやしのみそ汁	飲むヨーグルト せんべい	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(野菜)	全がゆ(米20) すり身団子入りみそ汁(野菜) オクラサラダ	焼いも 固形ヨーグルト
20 火	レバーミートスパゲッティ 青梗菜と豆腐のスープ	牛乳 *ゴマ塩おにぎり	ミルク	5分がゆ(米10) 野菜のミルク煮	スープスパゲッティ (パスタ・ミンチ・野菜・ケチャップ) 野菜サラダ	レバーおにぎり(米20・野菜) オニオンスープ
21 水	煮魚 きゅうりのごまあえ そうめん汁	牛乳 かりんとう	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(ポテト)	全がゆ(米20) 魚の野菜あんかけ(片栗) そうめん汁(野菜)	ツナのピラフ風 (米20・野菜・バター) 野菜スープ
22 木	鶏のから揚げ・グリーンサラダ えのきと玉ねぎのすまし汁 オレンジ	固形ヨーグルト	ミルク	5分がゆ(米10) かぼちゃマッシュ(人参)	肉入りおじや(米20・野菜) グリーンサラダ・すまし汁(野菜) オレンジ	野菜がゆ(米20・野菜) 固形ヨーグルト
23 金	キャベツのハンバーグ トマト オニオンスープ	牛乳 ビスケット	ミルク	5分がゆ(米10) 豆腐のだし煮(人参)	全がゆ(米20)・オニオンスープ キャベツのハンバーグ・トマト (ミンチ・野菜・豆腐)	豆腐蒸しパン(HM・ミルク・野菜) 野菜スープ
24 土	炒めビーフン わかめスープ	牛乳 クッキー	ミルク	5分がゆ(米10) キャベツのトロトロ煮	おにぎり(米10) 炒めビーフン(ミンチ・野菜) わかめスープ	おにぎり(米20・野菜) みそ汁(野菜)
26 月	豚肉と野菜のしょうが風味焼き じゃが芋と油揚げのみそ汁	牛乳 *おからチーズケーキ	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(野菜)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) みそ汁(野菜)	チーズ蒸しパン(HM・ミルク) 野菜スープ
27 火	大豆入りキーマカレー トマトとオクラのサラダ	牛乳 バナナ	ミルク	5分がゆ(米10) 人参マッシュ(トマト)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) 野菜スープ	大豆のおやき (野菜・片栗・油) バナナ
28 水	魚の南蛮漬け トマト・胡瓜もみ えのきと人参のみそ汁	牛乳 サブレ	ミルク	5分がゆ(米10) 白身魚のすり流し(だし)	全がゆ(米20) ムニエル(小麦粉・バター) 胡瓜サラダ・トマトスープ	ミルクがゆ(米20・野菜) 野菜サラダ
29 木	手羽中の照り煮 小松菜とツナの中華和え きのこわかめの中華スープ	牛乳 *蒸しトウモロコシ	ミルク	5分がゆ(米10) 玉ねぎのトロトロ煮(小松菜)	全がゆ(米20) 吉野煮(ミンチ・野菜・片栗) わかめスープ	野菜がゆ(米20) 野菜スープ
30 金	ポークビーンズ 野菜スープ	牛乳 *カルピス寒天	ミルク	5分がゆ(米10) 大豆のポタージュ(ミルク)	全がゆ(米20) 大豆のトマト煮(ポテト) 野菜スープ	あんかけごはん (米20・ミンチ・野菜・片栗) 人参スティック

