

6月 給食献立表

令和 8年

りとせクローバー 瀬野辺保育園

日 曜	昼 食	お や つ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる
1 月	ご飯 鶏肉の味噌でチーズ焼き 小松菜の炒め煮 豆腐とねぎの味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 ワインナーコーンマフィン	・若鶏もも、淡色辛みそ ・しらす干し、油揚げ ・絹ごし豆腐、普通牛乳 ・ワインナーソーセージ	・精白米・砂糖・マヨネーズ ・ごま油・三温糖・薄力粉	・ごまつな・長ねぎ・りんご ・コーン
2 火	ご飯 麻婆豆腐 春雨サラダ たまねぎと青梗菜の味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 ココアクッキー	・木綿豆腐、ふたひき肉 ・淡色辛みそ、普通牛乳	・精白米・三温糖・片栗粉 ・春雨・ごま油 ・ビスケット・薄力粉 ・有塩マーガリン	・にんにく・しょうが・にんじん ・たまねぎ・長ねぎ・にら・きゅうり ・青梗菜、パインアップル缶詰 ・にんじん
3 火	食パン 鶏肉と大豆のトマト煮 マカロニサラダ キャベツとコーンのスープ デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 きつねおにぎり	・鶏もも・煮し大豆 ・普通牛乳、油揚げ	・食パン・調合油 ・マカロニ・スパゲティ ・マヨネーズ ・ビスケット、精白米 ・三温糖	・にんにく・たまねぎ・ホールトマト ・トマトケチャップ・きゅうり ・キャベツ、冷凍コーン ・バナナ、こねぎ
4 木	ご飯 さわらのカレー照り焼き マドアンサラダ キャベツとせじの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 マカロニきなこ	・さわら ・淡色辛みそ、普通牛乳 ・きな粉	・精白米・薄力粉・三温糖 ・じゃがいも、調合油 ・ビスケット ・マカロニ・スパゲティ	・にんじん・きゅうり・キャベツ ・たまねぎ・ぶなしめじ
5 金	ご飯 照り焼きチキン 花野菜サラダ 大根とわかめの味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 牛乳 ふかし手	・鶏肉 ・淡色辛みそ、普通牛乳	・精白米、いりごま、三温糖 ・なたね油、砂糖、さつまいも ・クラッカー	・コーン、だいこん ・カットわかめ、ゆで長ねぎ ・フロッコリー、キャベツ
6 土	豚肉と野菜のあんかけ丼 ねぎと豆腐の味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット せんべい	・ぶたもも ・絹ごし豆腐、淡色辛みそ	・精白米・ごま油・三温糖 ・片栗粉・せんべい ・砂糖	・だいずやし・ぶなしめじ ・にんじん・長ねぎ ・ゼリー
8 月	ご飯 豆腐ハンバーグ ひじきの炒め煮 小松菜としめじの味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 かぼちゃ蒸しパン	・ふたひき肉・鶏ひき肉 ・木綿豆腐、普通牛乳 ・油揚げ、淡色辛みそ	・精白米・パン粉・調合油 ・三温糖・砂糖・薄力粉	・たまねぎ・トマトケチャップ ・乾ひじき・にんじん・さいやいんげん ・ごまつな・ほんしめじ ・パインアップル缶詰・くりかぼちゃ
9 水	野菜あんかけうどん ナムル デザート	麦茶 せんべい 牛乳 鮭おにぎり	・ぶたかたロース ・ゼリー・鮭 ・普通牛乳	・ゆでうどん・砂糖・調合油 ・せんべい、精白米	・長ねぎ・ほくさい ・にんじん・もやし・ほうれん草
10 水	ご飯 肉豆腐 かぼちゃのサラダ なめこほうれん草の味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 きなこトースト	・ぶたロース ・木綿豆腐、淡色辛みそ ・乳酸菌飲料、普通牛乳 ・きな粉	・精白米・しらす、三温糖 ・マヨネーズ ・せんべい、食パン ・業務用有塩マーガリン	・ごぼう・たまねぎ・にんじん ・冷凍くりかぼちゃ・きゅうり ・なめこ、ほうれん草
11 木	ご飯 豚肉となすの味噌炒め 春雨サラダ 鮭としめじのすまし汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 フルーツゼリー せんべい	・ぶたもも ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・調合油 ・緑豆はるさめ、三温糖 ・ごま油 ・せんべい	・なす・ごぼう・にんじん ・青ピーマン・キャベツ ・きゅうり ・小松菜、オレンジ
12 金	ご飯 鶏肉の甘酢ねぎ焼き れんこんのごまマヨ和え かぼちゃとしめじの味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 牛乳 りんごケーキ	・若鶏もも ・淡色辛みそ、普通牛乳	・精白米・ごま油 ・片栗粉・三温糖・マヨネーズ ・いりごま ・クラッカー、薄力粉 ・有塩マーガリン・砂糖	・長ねぎ・れんこん・にんじん ・くりかぼちゃ・りんご缶詰 ・ぶなしめじ・みかん缶詰
13 土	カレーライス ほうれん草の胡麻和え デザート	麦茶 ビスケット 麦茶 せんべい	・鶏もも	・うどん・じゃがいも、調合油 ・せんべい	・ほうれん草・じゃがいも・にんじん ・たまねぎ ・ゼリー
15 月	食パン 白身フライ 切干大根のサラダ じゃがいもとキャベツのスープ デザート	麦茶 せんべい 牛乳 わかめおにぎり	・たら ・ちくわ、乳酸菌飲料 ・普通牛乳	・食パン・じゃがいも ・いりごま、ごま油、三温糖 ・精白米	・にんにく ・トマトケチャップ、切干しいんご ・きゅうり・にんじん ・りよくとうもろやし・キャベツ ・乾わかめ
16 火	ハヤシライス じゃがいもとツナのサラダ デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 ポテトフライ	・ぶたかたロース ・かつお味付け缶詰 ・普通牛乳	・精白米・調合油・じゃがいも ・マヨネーズ ・ビスケット、薄力粉 ・砂糖	・たまねぎ・にんじん ・しめじ・にんにく ・トマトピューレ、コーン缶詰粒 ・フロッコリー ・みかん缶詰・冷凍えだまめ
17 水	ご飯 八宝菜 ちくわときゅうりの胡麻和え わかめとたまねぎの味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 クラッカーサンド	・ぶたロース ・かまぼこ ・焼き竹輪、淡色辛みそ ・普通牛乳 ・クリームチーズ	・精白米・ごま油・片栗粉 ・三温糖、いりごま ・せんべい ・クラッカー	・ほくさい・たまねぎ・さいやいんげん ・にんじん・ゆでたけのこ ・乾しいたけ・しょうが・きゅうり ・りよくとうもろやし・乾わかめ ・オレンジ
18 木	ご飯 豆腐とれんこんのつくね ほうれん草のナムル じゃがいもとキャベツの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 青のりすなっ餅	・鶏ひき肉、淡色辛みそ ・木綿豆腐、普通牛乳	・精白米・パン粉・砂糖 ・片栗粉・三温糖・ごま油 ・むきごま、じゃがいも ・調合油・車ふ	・れんこん・長ねぎ・にんじん ・ほうれん草・りよくとうもろやし ・キャベツ・みかん缶詰・あおのり
19 金	ご飯 豚肉の甘辛炒め 切干大根の炒め煮 ねぎと豆腐の味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 牛乳 ヨーグルトケーキ	・ぶたばら ・ちくわ、絹ごし豆腐 ・淡色辛みそ、普通牛乳 ・プレーンヨーグルト	・精白米・砂糖・いりごま ・ごま油・三温糖 ・クラッカー、薄力粉 ・有塩マーガリン	・にんじん・たまねぎ ・切干しいんご・さいやいんげん ・長ねぎ
20 土	鶏をほろ丼 春雨スープ デザート	麦茶 ビスケット 麦茶 せんべい	・鶏ひき肉	・精白米・三温糖・はるさめ ・いりごま・せんべい	・しょうが・ほうれん草・たまねぎ ・にんじん、オレンジ ・ぶどうゼリー
22 月	ご飯 大豆と鶏肉のカレー きゃべつとツナのサラダ 春雨とチンゲン菜のスープ デザート	麦茶 せんべい 牛乳 あじさいゼリー	・若鶏もも、大豆水煮 ・かつお油漬缶詰、牛乳	・精白米・調合油・じゃがいも ・ごま油・三温糖、いりごま ・砂糖	・にんじん・たまねぎ ・トマトケチャップ、キャベツ ・コーン、りんごジュース ・バナナ、みかん缶詰 ・パインアップル缶詰
23 木	ご飯 鶏のから揚げ さつま芋のサラダ コンスープ デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 お誕生日ケーキ	・鶏もも ・ヨーグルト、普通牛乳	・精白米 ・ヨーグルト、パン粉、調合油 ・さつまいも、三温糖、砂糖	・にんじん、きゅうり、コーン ・たまねぎ
24 水	しょうゆラーメン 鶏肉の照り焼き ポテトサラダ デザート	麦茶 せんべい 牛乳 セサミトースト	・若鶏むね、普通牛乳	・中華めん、調合油、なたね油 ・じゃがいも、マヨネーズ、食パン ・精白米・ごま油	・コーン・長ねぎ・カットわかめ ・にんじん、きゅうり ・青ねぎ
25 火	ご飯 たら西京焼き コロコロ野菜の納豆和え わかめとたまねぎの味噌汁 パインアップル	麦茶 ビスケット 牛乳 あずき蒸しパン	・さけ、甘みそ、納豆、あずき ・淡色辛みそ、普通牛乳	・精白米・三温糖 ・ビスケット ・薄力粉 ・調合油	・にんじん、だいこん、フロッコリー ・乾わかめ ・パインアップル缶詰
26 金	ご飯 厚揚げの中華炒め もやしの中華和え たまねぎとえのきの味噌汁 デザート	麦茶 クラッカー 牛乳 クッキー	・生揚げ ・ぶたもも ・淡色辛みそ ・普通牛乳	・精白米・じゃがいも、調合油 ・三温糖・ごま油 ・クラッカー、薄力粉 ・有塩マーガリン	・にんじん、さいやいんげん ・だいずやし、乾わかめ ・えのきたけ・たまねぎ、オレンジ
27 土	スパゲティミートソース たまねぎとえのきのスープ デザート	麦茶 ビスケット 麦茶 せんべい	・ふたひき肉	・マカロニ・スパゲティ ・なたね油、砂糖、ビスケット ・せんべい	・たまねぎ・にんにく・ホールトマト ・トマトケチャップ、えのきたけ ・ゼリー
29 月	ご飯 照り焼きつくね きんぴらごぼう キャベツと油揚げの味噌汁 デザート	麦茶 せんべい 牛乳 しらすトースト	・にわとりひき肉、豆腐 ・淡色辛みそ、油揚げ ・普通牛乳、しらす	・精白米・調合油 ・三温糖 ・キャベツ、食パン	・ねぎ ・ごぼう・にんじん ・キャベツ、パインアップル缶 ・のり
30 火	ご飯 鶏肉と根菜の煮物 ひじきのサラダ 豆腐としめじの味噌汁 デザート	麦茶 ビスケット 牛乳 きな粉ケーキ	・鶏もも ・木綿豆腐、淡色辛みそ ・普通牛乳 ・きな粉	・じゃがいも、いりごま、砂糖 ・ビスケット、精白米 ・普通牛乳 ・薄力粉、有塩マーガリン	・だいこんの葉・にんじん ・さいやえんどう、乾ひじき、きゅうり ・りよくとうもろやし・ごまつな

	エネルギー	たんぱく質	脂 肪	カルシウム	鉄	ビタミンA	ビタミンB1	ビタミンB2	ビタミンC	食物繊維	塩 分
基準栄養量	518kcal	21.3g	14.4g	240	2.2mg	182μg	0.28mg	0.31mg	16mg	3.6g	1.6g
今月の平均栄養量	511kcal	20.5g	15.6g	221	2.2mg	189μg	0.33mg	0.37mg	25mg	5.0g	1.8g



# 2026年 6月 離乳食 初期(ゴックン期) 献立

りとせクローバー瀬野辺保育園

日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料
1	月	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 キャベツ・小松菜・じゃが芋	麦茶 キャベツ粥	米 キャベツ
2	火	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・たまねぎ・きゅうり	麦茶 人参粥	米 人参
3	水	煮込みうどん 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	うどん 豆腐・キャベツ 人参・白菜・キャベツ	麦茶 白菜粥	米 白菜
4	木	10倍粥 豆腐とじゃが芋の煮あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・きゅうり・キャベツ	麦茶 きなこ粥	米 きな粉
5	金	10倍粥 豆腐と大根あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・大根 人参・ブロッコリー・キャベツ	麦茶 ブロッコリー粥	米 ブロッコリー
6	土	10倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・もやし	麦茶 ハイハイ	
8	月	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米飯 豆腐 人参・小松菜・たまねぎ	麦茶 小松菜粥	米 小松菜
9	火	10倍粥 豆腐とたまねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	食パン 豆腐・玉ねぎ きゅうり・キャベツ・人参	麦茶 にんじん粥	米 人参
10	水	10倍粥 豆腐のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
11	木	10倍粥 豆腐とキャベツだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・キャベツ 人参・きゅうり・ほうれん草	麦茶 人参粥	米 人参
12	金	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
13	土	10倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ	麦茶 ハイハイ	
15	月	10倍粥 しらすとじゃが芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃがいも 人参・きゅうり・じゃが芋	麦茶 しらす粥	米 しらす
16	火	10倍粥 豆腐と玉ねぎのだし煮 澄まし汁	軟飯 豆腐・玉ねぎ 人参・じゃが芋・ほうれん草	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
17	水	10倍粥 豆腐と白菜のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・白菜 玉ねぎ・人参・もやし	麦茶 にんじん粥	米 人参
18	木	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 豆腐粥	米 豆腐
19	金	10倍粥 豆腐と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・玉ねぎ 人参・ほうれん草・玉ねぎ	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
20	土	10倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・チンゲン菜	麦茶 ハイハイ	
22	月	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 にんじん粥	米 人参
23	火	10倍粥 豆腐と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・玉ねぎ 人参・大根・ブロッコリー	麦茶 ブロッコリー粥	米 ブロッコリー
24	水	10倍粥 豆腐とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 にんじん粥	米 人参
25	木	10倍粥 豆腐とさつま芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・さつま芋 人参・きゅうり・玉ねぎ	麦茶 さつま芋粥	米 さつま芋
26	金	10倍粥 豆腐とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・もやし・玉ねぎ	麦茶 じゃがいも粥	米 じゃがいも
27	土	煮込みうどん 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	うどん 豆腐・人参・じゃが芋・きゅうり	麦茶 ハイハイ	
29	月	10倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・キャベツ・玉ねぎ	麦茶 豆腐粥	米 豆腐
30	火	10倍粥 豆腐と大根のあんかけ煮 野菜のだし煮	米 豆腐・大根 人参・きゅうり・もやし	麦茶 きなこ粥	米 きな粉

※離乳食の味付け・・・初期中期(だし昆布のみ)



# 2026年 6月 離乳食 中期 (モグモグ期) 献立

りとせクローバー瀬野辺保育園

日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料
1	月	5倍粥 鶏肉と豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 キャベツ・小松菜・じゃが芋	麦茶 キャベツ粥	米 キャベツ
2	火	5倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・たまねぎ・きゅうり	麦茶 人参粥	米 人参
3	水	パン粥 鶏肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	食パン 鶏肉・キャベツ 人参・白菜・キャベツ	麦茶 白菜粥	米 白菜
4	木	5倍粥 鮭とじゃが芋の煮あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鮭・じゃが芋 人参・きゅうり・キャベツ	麦茶 きなこ粥	米 きな粉
5	金	5倍粥 鶏肉と大根あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・大根 人参・ブロッコリー・キャベツ	麦茶 さつま芋粥	米 さつま芋
6	土	5倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・もやし	麦茶 ハイハイン	
8	月	5倍粥 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米飯 豆腐 人参・小松菜・たまねぎ	麦茶 小松菜粥	米 小松菜
9	火	パン粥 鶏肉とたまねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	食パン 鶏肉・玉ねぎ きゅうり・キャベツ・人参	麦茶 さけ粥	米 さけ
10	水	5倍粥 豆腐のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
11	木	5倍粥 豆腐とキャベツだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・キャベツ 人参・きゅうり・ほうれん草	麦茶 人参粥	米 人参
12	金	5倍粥 鶏肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
13	土	5倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ	麦茶 ハイハイン	
15	月	5倍粥 たらとじゃが芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・じゃがいも 人参・きゅうり・じゃが芋 たら	麦茶 しらす粥	米 しらす
16	火	5倍粥 豆腐と玉ねぎのだし煮 澄まし汁	軟飯 豆腐・玉ねぎ 人参・じゃが芋・ほうれん草	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
17	水	5倍粥 豆腐と白菜のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・白菜 玉ねぎ・人参・もやし	麦茶 にんじん粥	米 人参
18	木	5倍粥 鶏肉団子のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 豆腐粥	米 豆腐
19	金	5倍粥 豆腐と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・玉ねぎ 人参・ほうれん草・玉ねぎ	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
20	土	5倍粥 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・チンゲン菜	麦茶 ハイハイン	
22	月	5倍粥 鶏肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 にんじん粥	米 人参
23	火	5倍粥 鶏肉と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・玉ねぎ 人参・大根・ブロッコリー	麦茶 ブロッコリー粥	米 ブロッコリー
24	水	5倍粥 豆腐とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 ほうれん草のパン粥	米 人参
25	木	5倍粥 たらとさつま芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・さつま芋 人参・きゅうり・玉ねぎ	麦茶 さつま芋粥	米 さつま芋
26	金	5倍粥 豆腐とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・もやし・玉ねぎ	麦茶 じゃがいも粥	米 じゃがいも
27	土	スープパグティ 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	スパグティ 豆腐・人参・じゃが芋・きゅうり	麦茶 ハイハイン	
29	月	5倍粥 鶏肉団子あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・キャベツ・玉ねぎ	麦茶 しらすパン粥	パン しらす
30	火	5倍粥 鶏肉と大根のあんかけ煮 野菜のだし煮	米 鶏肉・大根 人参・きゅうり・もやし	麦茶 きなこ粥	米 きな粉

※離乳食の味付け・・・初期中期(だし昆布のみ)



## 2026年 6月 離乳食 後期(カミカミ期) 献立

りとせクローバー園野辺保育園

日	曜	おひる	主な材料	午後おやつ	主な材料
1	月	軟飯 鶏肉と豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 キャベツ・小松菜・じゃが芋	麦茶 キャベツ粥	米 キャベツ
2	火	軟飯 豆腐と豚肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・豚肉 人参・たまねぎ・きゅうり	麦茶 人参粥	米 人参
3	水	パン粥 鶏肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	食パン 鶏肉・キャベツ 人参・白菜	麦茶 白菜粥	米 白菜
4	木	軟飯 鮭とじゃが芋の煮あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鮭・じゃが芋 人参・きゅうり・キャベツ	麦茶 きなこ粥	米 きな粉
5	金	軟飯 鶏肉と大根あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・大根 人参・ブロッコリー・キャベツ	麦茶 さつま芋粥	米 さつま芋
6	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・もやし	麦茶 ハイハイ	
8	月	軟飯 豚肉と豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米飯 豚肉・豆腐 人参・小松菜・たまねぎ	麦茶 小松菜粥	米 小松菜
9	火	パン粥 鶏肉とたまねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	食パン 鶏肉・玉ねぎ きゅうり・キャベツ・人参	麦茶 さけ粥	米 さけ
10	水	軟飯 豚肉と豆腐のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豚肉・豆腐 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
11	木	軟飯 豚肉のキャベツだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豚肉・キャベツ 人参・きゅうり・ほうれん草	麦茶 人参粥	米 人参
12	金	軟飯 鶏肉のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉 人参・玉ねぎ・南瓜	麦茶 南瓜粥	米 南瓜
13	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・玉ねぎ	麦茶 ハイハイ	
15	月	軟飯 たらとじゃが芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・じゃがいも 人参・きゅうり・じゃが芋 たら	麦茶 しらす粥	米 しらす
16	火	軟飯 豚肉と玉ねぎのだし煮 澄まし汁	米 豚肉・玉ねぎ 人参・じゃが芋・ほうれん草	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
17	水	軟飯 豚肉と白菜のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豚肉・白菜 玉ねぎ・人参・もやし	麦茶 にんじん粥	米 人参
18	木	軟飯 鶏肉団子のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 豆腐粥	米 豆腐
19	金	軟飯 豚肉と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豚肉・玉ねぎ 人参・ほうれん草・玉ねぎ	麦茶 ほうれん草粥	米 ほうれん草
20	土	軟飯 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・人参・チンゲン菜	麦茶 ハイハイ	
22	月	軟飯 豆腐のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐 人参・玉ねぎ・キャベツ	麦茶 にんじん粥	米 人参
23	火	5倍粥 鶏肉と玉ねぎのあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・玉ねぎ 人参・大根・ブロッコリー	麦茶 ブロッコリー粥	米 ブロッコリー
24	水	軟飯 豆腐とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豆腐・じゃが芋 人参・ほうれん草・もやし	麦茶 ほうれん草のパン粥	米 人参
25	木	軟飯 たらとさつま芋のあんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・さつま芋 人参・きゅうり・玉ねぎ	麦茶 さつま芋粥	米 さつま芋
26	金	軟飯 豚肉とじゃが芋のだし煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 豚肉・じゃが芋 人参・もやし・玉ねぎ	麦茶 じゃがいも粥	米 じゃがいも
27	土	スープパグティ 豆腐と野菜のだし煮 澄まし汁	スパグティ 豆腐・人参・じゃが芋・きゅうり	麦茶 ハイハイ	
29	月	軟飯 鶏肉団子あんかけ煮 野菜のだし煮 澄まし汁	米 鶏肉・豆腐 人参・キャベツ・玉ねぎ	麦茶 しらすパン粥	パン しらす
30	火	軟飯 鶏肉と大根のあんかけ煮 野菜のだし煮	米 鶏肉・大根 人参・きゅうり・もやし	麦茶 きなこ粥	米 きな粉

※離乳食の味付け・・・初期中期(だし昆布のみ)