



6月給食だより



(離乳中期)

2025年

日 付	曜 日	昼食	主な材料と体内での働き				おやつ(午後)
			主にからだをつくるもの	主にからだの調子を整えるもの	主に熱や力のもとになるもの	その他	
2	月	白身魚の味噌煮 蒸しじゃが芋 7倍がゆ すまし汁	白糸たら・赤だしみそ	人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布	砂糖 じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油・塩	駄のきなこミルク煮
3	火	かぼちゃのそぼろ煮 きゅうりのおかか和え 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ) かつお節	かぼちゃ・玉ねぎ・だし昆布 きゅうり キャベツ・だし昆布	米(国産)	醤油 醤油 塩	ツナうどん
4	水	豆腐のそぼろ煮 人参のスティック煮 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布 キャベツ・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	バナナのパンがゆ
5	木	煮込みうどん ゆでブロッコリー バナナ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 バナナ	うどん	醤油	野菜おじや
6	金	鶏ささみの柔らか煮 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ だし昆布	でん粉 米(国産) 里芋	醤油	きなこパンがゆ
9	月	白身魚の照り煮 蒸し里芋 7倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参・だし昆布	砂糖・でん粉 里芋 米(国産)	醤油	納豆おじや
10	火	じゃが芋のそぼろ煮 ゆでブロッコリー 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 塩	ツナの人参パンがゆ
11	水	鶏ささみの柔らか煮 ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ 味噌汁	鶏ささみ 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・人参・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 だし昆布	でん粉 米(国産) 里芋	醤油 醤油	蒸しさつま芋
12	木	鶏塩おじや 蒸しじゃが芋 スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 塩	野菜にゅうめん
13	金	あんかけうどん 蒸し里芋 バナナ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・小松菜・だし昆布 バナナ	うどん・砂糖・でん粉 里芋	醤油	ツナおじや
16	月	ツナと野菜のあんかけ丼 ゆでブロッコリー スープ	かつおフレーク 豆腐	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油 塩	おかかうどん
17	火	鶏野菜うどん 人参のスティック煮 バナナ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・ブロッコリー・だし昆布 人参・だし昆布 バナナ	うどん・でん粉	醤油 醤油	カリフラワーの青のりおかゆ
18	水	豆腐のそぼろ煮 きゅうりの煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐	玉ねぎ・だし昆布 きゅうり・だし昆布 人参・だし昆布	砂糖 米(国産)	醤油 醤油 塩	蒸しかぼちゃ
19	木	白身魚の治部煮 里芋の旨煮 7倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 だし昆布 小松菜・だし昆布	でん粉・砂糖 里芋 米(国産)	醤油 醤油	青のりにゅうめん
20	金	じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し 7倍がゆ スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・だし昆布 ほうれん草・だし昆布 人参・だし昆布	じゃが芋 米(国産)	醤油 醤油 塩	おかかがゆ
23	月	白身魚の照り煮 人参のおかか和え 7倍がゆ 味噌汁	白糸たら かつお節 豆腐・赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布 人参 だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油 醤油	納豆おじや
24	火	豆腐のそぼろ煮 きゅうりのおかか和え 7倍がゆ 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ)・豆腐 かつお節 赤みそ・白みそ	人参・だし昆布 きゅうり だし昆布	砂糖 米(国産) じゃが芋	醤油 醤油	きなこパンがゆ
25	水	白身魚の青のり煮 蒸しかぼちゃ 7倍がゆ 味噌汁	白糸たら 赤みそ・白みそ	玉ねぎ・だし昆布・あおさのり かぼちゃ ほうれん草・だし昆布	砂糖・でん粉 米(国産)	醤油	野菜にゅうめん
26	木	鶏ささみの味噌うどん 大根のおかか和え バナナ	鶏ささみ・白みそ かつお節	玉ねぎ・人参・だし昆布 大根 バナナ	うどん・でん粉	醤油 醤油	ツナおじや
27	金	鶏塩おじや マッシュポテト スープ	鶏ひき肉(ささみ)	玉ねぎ・人参・だし昆布 かぼちゃ・だし昆布	米(国産) じゃが芋	醤油 塩 塩	野菜のパンがゆ
30	月	鶏そぼろと野菜のあんかけ丼 ゆでブロッコリー 味噌汁	鶏ひき肉(ささみ) 豆腐・赤みそ・白みそ	人参・玉ねぎ・だし昆布 ブロッコリー・だし昆布 だし昆布	米(国産)・でん粉	醤油	駄のきなこミルク煮

★献立の一部を変更することもありますので、ご了承ください。