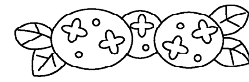




令和7年6月 離乳食 献立表



朝霞市保育園

日	曜日	献立名		主 な 材 料 名		
		昼 食	おやつ	熱や力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの
2	16 月	軟飯 鶏だんごの照り煮 ほうれん草と人参和え物 じゃが芋と玉ねぎみそ汁	わかめ軟飯 キャベツと人参すまし汁	はいが精米／片栗粉／上白糖／じゃが芋	鶏ひき肉／煮干し／味噌／わかめごはんのもと／出し昆布	玉葱／ほうれん草／人参／キャベツ
3	17 火	軟飯 和風ハンバーグ もやし和え物 小松菜みそ汁	小松菜軟飯 玉ねぎとピーマンスープ	はいが精米／片栗粉／菜種油	豚ひき肉／煮干し／味噌／出し昆布	玉葱／もやし／人参／小松菜／長ねぎ／ピーマン
4	18 水	軟飯 肉団子タンドリー風 人参のツナサラダ わかめスープ	人参軟飯 豆腐みそ汁	はいが精米／片栗粉／菜種油／マヨドレ／上白糖	鶏ひき肉／ツナ缶／わかめ／出し昆布／絹ごし豆腐／煮干し／味噌	玉葱／人参／きゅうり／レモン
5	木	軟飯 鮭の塩焼き ほうれん草の納豆和え 大根みそ汁	だいこん軟飯 野菜スープ	はいが精米／菜種油	鮭／挽きわり納豆／刻みのり／煮干し／味噌／出し昆布	キャベツ／ほうれん草／大根／人参
19	木	軟飯 鮭の西京焼き ひじきの煮つけ 玉ねぎとえのき茸すまし汁	水菜軟飯 いんげんのスープ	はいが精米／菜種油／上白糖	鮭／西京みそ／干ひじき／出し昆布／花かつお	人参／玉葱／えのき茸／水菜／いんげん
6	20 金	軟飯 マーボー春雨 スティックきゅうり オニオンスープ	トースト 玉ねぎポタージュ	はいが精米／国産はるさめ／菜種油／上白糖／ごま油／片栗粉／食パン	豚ひき肉／味噌／豆乳	長ねぎ／人参／きゅうり／玉葱／えのき茸
7	21 土	軟飯 肉団子のソテー シルバーサラダ かぶとしめじスープ	かぶ軟飯 玉ねぎみそ汁	はいが精米／片栗粉／菜種油／国産はるさめ／マヨドレ	鶏ひき肉／出し昆布／煮干し／味噌	玉葱／きゅうり／人参／かぶ／ぶなしめじ
9	23 月	軟飯 肉だんごのくわ焼き なすの煮びたし キャベツとわかめみそ汁	たまねぎ人参リゾット なすとえのき茸スープ	はいが精米／片栗粉／菜種油	豚ひき肉／出し昆布／わかめ／煮干し／味噌	玉葱／なす／キャベツ／人参／えのき茸
10	24 火	軟飯 鶏団子のケチャップ煮 ポイル野菜二種 玉ねぎと人参スープ	コーン軟飯 アスパラみそ汁	はいが精米／片栗粉／上白糖	鶏ひき肉／煮干し／味噌	玉葱／キャベツ／人参／粒コーン缶／アスパラガス
11	25 水	軟飯 クリームシチュー イタリアンサラダ	ブロッコリー軟飯 じゃが芋と玉ねぎみそ汁	はいが精米／じゃが芋／菜種油／米粉／上白糖	鶏ひき肉／豆乳／ツナ缶／出し昆布／煮干し／味噌	玉葱／人参／コンクリーム缶／ブロッコリー／トマト
12	26 木	軟飯 むきカレイ照り煮 大根とにんじん煮つけ 小松菜とえのきすまし汁	野菜うどん 大根スティック	はいが精米／片栗粉／ゆでうどん	むきかきい／出し昆布／花かつお	大根／人参／小松菜／えのき茸
13	27 金	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 茹でじゃが芋 わかめスープ	ピーマン軟飯 じゃが芋と長ねぎみそ汁	はいが精米／菜種油／片栗粉／じゃが芋	豚ひき肉／わかめ／出し昆布／煮干し／味噌	人参／玉葱／ピーマン／長ねぎ
14	28 土	軟飯 バーベキューミートボール コールスローサラダ ポテトスープ	洋風ツナ軟飯 玉ねぎスープ	はいが精米／片栗粉／上白糖／菜種油／じゃが芋	豚ひき肉／ツナ缶	玉葱／キャベツ／粒コーン缶／人参
30	月	軟飯 鶏だんごの香味煮 もやしときゅうりとえ物 なすみそ汁	ゆかり軟飯 長ねぎと人参すまし汁	はいが精米／片栗粉	鶏ひき肉／煮干し／味噌／出し昆布	玉葱／長ねぎ／もやし／きゅうり／なす／人参

★食材の都合により献立を一部変更する場合がありますのでご了承ください。

★毎月19日は食育の日です。保育園では、毎月19日前後に「食育ランチ」を提供します。どうぞお楽しみに！！

