



令和6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
1	15	土	軟飯 ハ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	玉ねぎリゾット キャベツスープ	はいが精米／片栗粉 ／上白糖／菜種油／ じゃが芋	豚ひき肉 玉葱／キャベツ／粒 コーン缶／人参
3	17	月	軟飯 鶏だんごの照り煮 もやし和え物 キャベツみそ汁	人参軟飯 もやしみそ汁	はいが精米／片栗粉	鶏ひき肉／煮干し／ 味噌／出し昆布 玉葱／もやし／きゅ うり／キャベツ／人 参
4	18	火	軟飯 鮭の塩焼き 大根と人参煮つけ 小松菜みそ汁	大根軟飯 いんげんすまし汁	はいが精米／菜種油	鮭／出し昆布／煮干 し／味噌 大根／人参／小松菜 ／長ねぎ／いんげん
5		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	野菜リゾット きゅうりスープ	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／ 生わかめ／出し昆布 玉葱／人参／きゅ うり／レモン
19		水	軟飯 鶏肉団子のみそ煮 ひじきの煮つけ 水菜すまし汁 みかん缶	いんげん軟飯 えのきと人参みそ汁	はいが精米／片栗粉 ／上白糖／菜種油	鶏ひき肉／味噌／干 ひじき／出し昆布／ 煮干し／花かつお 長ねぎ／人参／水菜 ／えのき茸／みかん 缶／いんげん
6	20	木	軟飯 むきカレイの煮付け ほうれん草の納豆和え 大根みそ汁	じゃが芋軟飯 野菜スープ	はいが精米／片栗粉 ／じゃが芋	むきかかれい／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／人参／大根／玉 葱／もやし
7	21	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 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／にら ／きゅうり／玉葱／ えのき茸
8	22	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
10	24	月	軟飯 肉だんごのくわ焼き チンゲン菜の煮びたし キャベツともやしみそ汁	わかめ軟飯 粒コーンスープ	はいが精米／片栗粉 ／菜種油	豚ひき肉／出し昆布 ／煮干し／味噌／わ かめごはんの素 玉葱／ちんげん菜／ 人参／キャベツ／も やし／粒コーン缶／ えのき茸
11	25	火	軟飯 鶏団子のマーマレード煮 ブロッコリーの昆布茶和え わかめと長ねぎスープ	根菜軟飯 アスパラみそ汁	はいが精米／片栗粉 ／マーマレード	鶏ひき肉／生わかめ ／出し昆布／煮干し ／味噌 玉葱／ブロッコリー ／人参／長ねぎ／ア スパラガス
12	26	水	軟飯 クリームシチュー フレンチサラダ	キャベツ軟飯 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／出 し昆布／煮干し／味 噌 玉葱／人参／コーン 缶／キャベツ／きゅ うり
13	27	木	軟飯 むきカレイ照り煮 キャベツのごま和え 小松菜とえのきみそ汁	野菜うどん キャベツの煮びたし	はいが精米／片栗粉 ／上白糖／白ごま(す り)／ゆでうどん	むきかかれい／煮干し ／味噌／出し昆布 キャベツ／人参／小 松菜／えのき茸
14	28	金	軟飯 豚肉と野菜の炒め煮 二色スティック コーンと玉ねぎスープ	トースト キャロットポタージュ	はいが精米／菜種油 ／片栗粉／食パン	豚ひき肉／豆乳 人参／玉葱／ピーマ ン／大根／粒コーン 缶／パセリ(乾)
29		土	軟飯 豆腐のそぼろ煮 じゃが芋の煮つけ 玉ねぎとわかめみそ汁	じゃが芋軟飯 野菜すまし汁	はいが精米／上白糖 ／じゃが芋	木綿豆腐／鶏ひき肉 ／出し昆布／生わか め／煮干し／味噌 人参／玉葱

★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日後に「食育ランチ」を提供します。どうぞお楽しみに！！

