

2021年6月献立予定表

(後期離乳食)

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前		1	2	3	4	5
昼食		やわらかごはん さやえんどうのみそ汁 タラの甘煮 にんじんサラダ オレンジ	やわらかごはん きのことスープ ひき肉炒め レタスサラダ オレンジ	やわらかごはん 麺スープ 鮭の甘煮 ブロッコリーのおひたし バナナ	やわらかごはん オニオンスープ 鶏の塩焼き ポテトサラダ オレンジ	とりうどん ほうれん草のおひたし バナナ
午前	7	8	9	10	11	12
昼食	やわらかごはん キャベツのみそ汁 肉じゃが ブロッコリーのおひたし メロン	やわらかごはん 豆腐となめこのすまし汁 焼きタラ アスパラのおひたし バナナ	豚肉入りそうすい さつまいもの甘煮 オレンジ	やわらかごはん 玉ねぎのスープ 鮭のやわらか煮 キャベツのサラダ オレンジ	やわらかごはん えのきのみそ汁 やきとり ブロッコリーのおひたし バナナ	五目中華丼 もやしのみそ汁 バナナ
午前	14	15	16	17	18	19
昼食	やわらかごはん スープ 豚肉の炒め物 アスパラサラダ オレンジ	やわらかごはん さつまい汁 鮭の塩焼き もやしの和え物 バナナ	やわらかごはん 野菜スープ ハンバーグ レタスサラダ オレンジ	やわらかごはん わかめのみそ汁 アジの唐揚げ ポパイサラダ メロン	やわらかごはん 豆腐と油揚げのみそ汁 鶏のオレンジ煮 ブロッコリーの和え物 オレンジ	五目そうめん ほうれん草のおひたし バナナ
午前	21	22	23	24	25	26
昼食	やわらかごはん なすのみそ汁 ホッケの塩焼き サラサバサラダ バナナ	やわらかごはん すまし汁 鶏の甘煮 ブロッコリーのおひたし オレンジ	ナポリタン もやしのスープ ブロッコリーサラダ メロン	やわらかごはん なめこのみそ汁 焼き鮭 アスパラのおひたし バナナ	やわらかごはん 豆腐のみそ汁 じゃが芋のそぼろ煮 ほうれん草のソテー オレンジ	ビビンバ丼 キャベツのみそ汁 バナナ
午前	28	29	30	遊び食について		
昼食	やわらかごはん スープ 麻婆豆腐 キャベツの和え物 オレンジ	やわらかごはん けんちん汁 タラの甘煮 もやしのおひたし メロン	やわらかごはん わかめスープ 肉じゃが レタスサラダ オレンジ	赤ちゃんが集中できるのは10～15分！途中で切り上げてしまってOK◎ 遊び食は赤ちゃんの探求心や意欲のあらわれなので、ある程度はやらせてあげたいですが、集中力がもつのは10～15分程度です。「たくさん残っているけれど片付けていいのかな？」と悩むかもしれませんが、半分くらい食べていたとしたら切り上げてOKです。片付けて「ヤダ！」となったら、ちゃんと食べるように根気よく伝えましょう。		

◎ 献立は物流の状況により、変更になる場合があります。ご了承くださいませようお願いいたします。