チェリー　　令和3年6月こども園エクレス（保育園）離乳食献立　　2021年6月

日にち	曜日	初期（5～6ヶ月頃）	材料	中期（7～8ヶ月頃）	材料	後期（9～11ヶ月頃）	材料	午後おやつ（後期）（材料）
1	火	つぶし粥 豆腐のペースト 人参とさつま芋のペースト 大根のスープ	米 豆腐 人参・さつま芋 大根・野菜の煮汁	お粥 豆腐の煮物 人参とさつま芋の煮物 大根のスープ	米 豆腐 人参・さつま芋 大根・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 大根のスープ	米 豚肉・玉ねぎ 人参 大根・野菜の煮汁	さつま芋きなこ（つぶし） （さつま芋・きなこ・砂糖）
2	水	つぶし粥 魚のペースト 高野豆腐と人参のペースト ほうれん草のスープ	米 カレイ 高野豆腐・人参 ほうれん草・野菜の煮汁	お粥 魚の煮物 高野豆腐と人参の煮物 ほうれん草のスープ	米 カレイ 高野豆腐・人参 ほうれん草・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鮭のしっとり焼き 大根と納豆の和え物 ほうれん草のスープ	米 鮭・油 大根・納豆 ほうれん草・野菜の煮汁	麩のしっとり焼き （麩・油・砂糖）
3	木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参のペースト 麩のスープ	米 豆腐 人参 麩・野菜の煮汁	お粥 鶏肉の煮物 人参ともやしの煮物 麩のスープ	米 鶏肉 人参・もやし 麩・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鶏肉のソテー 人参ともやしの煮物 麩のスープ	米 鶏肉 人参・もやし 麩・野菜の煮汁	蒸しパン （蒸しパンミックス）
4	金	つぶし粥 高野豆腐と人参のペースト ｷｬﾍﾞﾂのペースト 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ 野菜の煮汁	お粥 高野豆腐と人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂときゅうりの和え物 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・麩 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚肉と人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂときゅうりの和え物 野菜のスープ	米 豚肉・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・きゅうり 野菜の煮汁	小豆粥 （米・つぶあん）
5	土	つぶし粥 豆腐とほうれん草のペースト 野菜のスープ	米 豆腐・ほうれん草 野菜の煮汁	くたくたうどん 豆腐とほうれん草の煮物 野菜のスープ	うどん 豆腐・ほうれん草 野菜の煮汁	肉うどん 豆腐とほうれん草の煮物 野菜のスープ	豚肉・うどん 豆腐・ほうれん草 野菜の煮汁	マンナ
7	月	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぼちゃときなこのペースト ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 高野豆腐 かぼちゃ・きなこ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	お粥 鶏肉の煮物 かぼちゃときなこの和え物 ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 鶏肉 かぼちゃ・きなこ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鶏肉の照り焼き（ほぐし） かぼちゃのソテー（皮なし） ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 鶏肉 かぼちゃ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	マカロニの柔らか煮 （マカロニ・砂糖）
8	火	つぶし粥 しらすと麩のペースト 小松菜と人参のペースト 大根のスープ	米 しらす・麩 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	お粥 しらすと麩の煮物 小松菜と人参の和え物 大根のスープ	米 しらす・麩 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鶏肉の煮物 小松菜と人参の和え物 大根のスープ	米 鶏肉 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	豆乳味噌おじや （米・豆乳・味噌）
9	水	つぶし粥 豆腐のペースト 人参ときなこのペースト 野菜のスープ	米 豆腐 人参・きなこ 野菜の煮汁・小松菜	お粥 豆腐の煮物 人参ときなこの和え物 野菜スープ	米 豆腐 人参・きなこ 野菜の煮汁・小松菜	硬粥～軟飯 豚肉と玉ねぎの煮物 人参ときなこの和え物 野菜スープ	米 豚肉・玉ねぎ 人参・きなこ 野菜の煮汁・小松菜	おかか粥 （米・かつお節）
10	木	つぶし粥 高野豆腐とじゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 人参のスープ	米 高野豆腐・じゃが芋 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	お粥 鶏肉の煮物 ほうれん草のお浸し 人参のスープ	米 鶏肉 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	硬粥～軟飯 鶏肉の照り焼き（ほぐし） ほうれん草のお浸し 人参のスープ	米 鶏肉 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	蒸しパン （蒸しパンミックス）
11	金	つぶし粥 豆腐のペースト 人参とじゃが芋のペースト 野菜のスープ	米 豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	お粥 豆腐の煮物 人参とじゃが芋の煮物 野菜のスープ	米 豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚ひき肉と豆腐の炒め煮 人参とじゃが芋の煮物 野菜のスープ	米 豚肉・豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	野菜蒸しパン （小麦粉・油・砂糖 人参・ほうれん草）
12	土	つぶし粥 豆腐と人参のペースト 野菜のスープ	米 豆腐・人参 野菜の煮汁	くたくたうどん 豆腐と人参の煮物 野菜のスープ	うどん 豆腐・人参 野菜の煮汁	肉うどん 豆腐と人参の煮物 野菜のスープ	豚肉・うどん 豆腐・人参 野菜の煮汁	マンナウエハース
14	月	つぶし粥 高野豆腐と人参のペースト ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎのペースト 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	お粥 ツナと人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎの煮物 野菜のスープ	米 ツナ・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 ツナと人参の炒め煮 ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎの煮物 野菜のスープ	米 ツナ・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	きなこ粥 （米・きなこ・砂糖）
15	火	つぶし粥 人参ときなこのペースト 豆腐のペースト じゃが芋のスープ	米 人参・きなこ 豆腐 じゃが芋・玉ねぎ	お粥 鶏肉と人参の煮物 豆腐の煮物 じゃが芋のスープ	米 鶏肉・人参 豆腐 じゃが芋・玉ねぎ	硬粥～軟飯 鶏肉と人参の煮物 豆腐とひじきの煮物 じゃが芋のスープ	米 鶏肉・人参 豆腐・ひじき じゃが芋・玉ねぎ	蒸しパン （蒸しパンミックス）
16	水	つぶし粥 高野豆腐と人参のペースト ｷｬﾍﾞﾂのペースト 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ 野菜の煮汁	お粥 高野豆腐と人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂときゅうりの和え物 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・麩 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚肉と人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂときゅうりの和え物 野菜のスープ	米 豚肉・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・きゅうり 野菜の煮汁	麩のしっとり焼き （麩・油・砂糖）
17	木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参とさつま芋のペースト 大根のスープ	米 豆腐 人参・さつま芋 大根・野菜の煮汁	お粥 豆腐の煮物 人参とさつま芋の煮物 大根のスープ	米 豆腐 人参・さつま芋 大根・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚肉と玉ねぎの煮物 人参の煮物 大根のスープ	米 豚肉・玉ねぎ 人参 大根・野菜の煮汁	さつま芋きなこ（つぶし） （さつま芋・きなこ・砂糖）
18	金	つぶし粥 魚のペースト 高野豆腐と人参のペースト ほうれん草のスープ	米 カレイ 高野豆腐・人参 ほうれん草・野菜の煮汁	お粥 魚の煮物 高野豆腐と人参の煮物 ほうれん草のスープ	米 カレイ 高野豆腐・人参 ほうれん草・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鮭のしっとり焼き 大根と納豆の和え物 ほうれん草のスープ	米 鮭・油 大根・納豆 ほうれん草・野菜の煮汁	小豆粥 （米・つぶあん）
19	土	つぶし粥 豆腐とかぼちゃのペースト 野菜のスープ	米 豆腐・かぼちゃ 野菜の煮汁・人参	お粥 豆腐とかぼちゃの煮物 野菜のスープ	米 豆腐・かぼちゃ 野菜の煮汁・人参	硬粥～軟飯 豚肉とかぼちゃの煮物 野菜のスープ	米 豚肉・かぼちゃ 野菜の煮汁・人参	ハイハイン
21	月	つぶし粥 高野豆腐のペースト かぼちゃときなこのペースト ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 高野豆腐 かぼちゃ・きなこ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	お粥 鶏肉の煮物 かぼちゃときなこの和え物 ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 鶏肉 かぼちゃ・きなこ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鶏肉の照り焼き（ほぐし） かぼちゃのソテー（皮なし） ｷｬﾍﾞﾂのスープ	米 鶏肉 かぼちゃ ｷｬﾍﾞﾂ・野菜の煮汁	マカロニの柔らか煮 （マカロニ・砂糖）
22	火	つぶし粥 豆腐と人参のペースト 野菜のスープ	米 豆腐・人参 野菜の煮汁・小松菜	くたくたうどん 豆腐と人参の煮物 野菜のスープ	うどん 豆腐・人参 野菜の煮汁・小松菜	肉うどん 豆腐と人参の煮物 野菜のスープ	豚肉・うどん 豆腐・人参 野菜の煮汁・小松菜	おかか粥 （米・かつお節）
23	水	つぶし粥 しらすと麩のペースト 小松菜と人参のペースト 大根のスープ	米 しらす・麩 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	お粥 しらすと麩の煮物 小松菜と人参の和え物 大根のスープ	米 しらす・麩 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	硬粥～軟飯 鶏肉の煮物 小松菜と人参の和え物 大根のスープ	米 鶏肉 小松菜・人参 大根・野菜の煮汁	豆乳味噌おじや （米・豆乳・味噌）
24	木	つぶし粥 豆腐のペースト 人参とじゃが芋のペースト 野菜のスープ	米 豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	お粥 豆腐の煮物 人参とじゃが芋の煮物 野菜のスープ	米 豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 豚ひき肉と豆腐の炒め煮 人参とじゃが芋の煮物 野菜のスープ	米 豚肉・豆腐 人参・じゃが芋 野菜の煮汁	スティックパン 食パン
25	金	つぶし粥 高野豆腐とじゃが芋のペースト ほうれん草のペースト 人参のスープ	米 高野豆腐・じゃが芋 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	お粥 鶏肉の煮物 ほうれん草のお浸し 人参のスープ	米 鶏肉 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	硬粥～軟飯 鶏肉の照り焼き（ほぐし） ほうれん草のお浸し 人参のスープ	米 鶏肉 ほうれん草 野菜の煮汁・人参	蒸しパン （蒸しパンミックス）
26	土	つぶし粥 高野豆腐と人参のペースト 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 野菜の煮汁・玉ねぎ	お粥 高野豆腐と人参の煮物 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 野菜の煮汁・玉ねぎ	硬粥～軟飯 豚肉と人参の煮物 野菜のスープ	米 豚肉・人参 野菜の煮汁・玉ねぎ	ｱﾝﾊﾟﾝﾏﾝﾋﾞｽｹｯﾄ
28	月	つぶし粥 カレイの煮つぶし 人参のペースト じゃが芋と小松菜のスープ	米 カレイ 人参 野菜の煮汁・じゃが芋・小松菜	お粥 煮魚 人参の煮物 じゃが芋と小松菜のスープ	米 カレイ 人参 野菜の煮汁・じゃが芋・小松菜	硬粥～軟飯 魚のソテー 人参の煮物 じゃが芋と小松菜のスープ	米 カレイ 人参 野菜の煮汁・じゃが芋・小松菜	野菜蒸しパン （小麦粉・油・砂糖 人参・ほうれん草）
29	火	つぶし粥 高野豆腐と人参のペースト ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎのペースト 野菜のスープ	米 高野豆腐・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	お粥 ツナと人参の煮物 ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎの煮物 野菜のスープ	米 ツナ・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	硬粥～軟飯 ツナと人参の炒め煮 ｷｬﾍﾞﾂと玉ねぎの煮物 野菜のスープ	米 ツナ・人参 ｷｬﾍﾞﾂ・玉ねぎ 野菜の煮汁	きなこ粥 （米・きなこ・砂糖）
30	水	パン粥　又は　つぶし粥 豆腐とほうれん草のペースト 人参のペースト 野菜のスープ	食パン・米 豆腐・ほうれん草 人参 野菜の煮汁・白菜	パン粥　又は　お粥 鶏肉とほうれん草の煮物 人参の煮物 野菜のスープ	食パン・米 鶏肉・ほうれん草 人参 野菜の煮汁・白菜	食パン　又は　硬粥～軟飯 鶏肉とほうれん草の煮物 人参の煮物 野菜のスープ	食パン・米 鶏肉・ほうれん草 人参 野菜の煮汁・白菜	鮭の雑炊 （米・鮭）

＊献立の「米」に使用しているのは国産米です。＊材料仕入れの都合上、献立変更する場合がございます。
＊保育園では色々な食材を使用しています。献立表の材料名をご覧頂き、食材は事前にご家庭でお試しください。