

2023年度 6月離乳食 予定献立

	1日(木)	2日(金)	5日(月)	6日(火)	7日(水)	8日(木)	9日(金)	12日(月)	13日(火)	14日(水)	15日(木)	
初期食 5, 6か月ごろ	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	
	野菜ペースト	鯛のペースト	鯛のペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	鯛のペースト	野菜ペースト		野菜ペースト	野菜ペースト	
	にんじん	野菜ペースト	野菜ペースト	にんじん	にんじん	にんじん	野菜ペースト	にんじん	野菜ペースト	にんじん	にんじん	
	じゃがいも	にんじん	にんじん	豆腐	じゃがいも	さつまいも	にんじん	だいこん	にんじん	豆腐	だいこん	
	だいこん	さつまいも	じゃがいも	じゃがいも	ブロッコリー	じゃがいも	じゃがいも	じゃがいも	じゃがいも	じゃがいも	キャベツ	豆腐
	野菜スープ	豆腐	だいこん	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	豆腐	野菜スープ	だいこん	野菜スープ	野菜スープ	
	キャベツ	野菜スープ	野菜スープ	たまねぎ	豆腐	もやし	野菜スープ	たまねぎ	野菜スープ	もやし	たまねぎ	
	たまねぎ	たまねぎ	キャベツ	もやし	たまねぎ	キャベツ	もやし	ほうれん草	キャベツ	たまねぎ	キャベツ	
	昆布だし	もやし	たまねぎ	昆布だし	昆布だし	昆布だし	ほうれん草	昆布だし	たまねぎ	昆布だし	昆布だし	
		昆布だし	昆布だし				昆布だし		昆布だし			
中期食 7, 8ヵ月ごろ	野菜とささみのうどん	粥	粥	粥	粥	野菜とささみのうどん	粥	粥	粥	粥	粥	
	にんじん	鯛をほぐす	鯛をほぐす			にんじん	鯛をほぐす				ささみと野菜の煮物	
	キャベツ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	キャベツ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	にんじん	
	ささみ	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	ささみ	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	だいこん	
	野菜の煮物	さつまいも	じゃがいも	豆腐	じゃがいも	野菜の煮物	じゃがいも	だいこん	じゃがいも	豆腐	豆腐	
	じゃがいも	豆腐	だいこん	じゃがいも	ブロッコリー	じゃがいも	豆腐	じゃがいも	だいこん	キャベツ	野菜スープ	
	だいこん	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	さつまいも	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	たまねぎ	
	かつお昆布だし	たまねぎ	キャベツ	たまねぎ	豆腐	かつお昆布だし	もやし	たまねぎ	キャベツ	もやし	キャベツ	
		もやし	たまねぎ	もやし	たまねぎ		ほうれん草	ほうれん草	たまねぎ	たまねぎ	かつお昆布だし	
		かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	
後期食 9～11か月頃	ささみと野菜のうどん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ささみと野菜のうどん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	
	にんじん	鯛の煮物	鯛の煮物	鶏肉の煮物	豚ミンチの煮物	にんじん	鯛の煮物	鶏肉の煮物	鶏肉の煮物	豚ミンチの煮物	ささみの煮物	
	キャベツ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	キャベツ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	
	ささみ	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	ささみ	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	
	野菜の煮物	さつまいも	じゃがいも	豆腐	じゃがいも	野菜の煮物	じゃがいも	だいこん	じゃがいも	豆腐	だいこん	
	じゃがいも	じゃがいも	だいこん	じゃがいも	ブロッコリー	じゃがいも	豆腐	じゃがいも	だいこん	キャベツ	豆腐	
	だいこん	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	さつまいも	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	
	かつお昆布だし	たまねぎ	キャベツ	たまねぎ	豆腐	かつお昆布だし	もやし	たまねぎ	キャベツ	もやし	たまねぎ	
	しょうゆ	もやし	たまねぎ	もやし	たまねぎ	しょうゆ	ほうれん草	ほうれん草	たまねぎ	たまねぎ	キャベツ	
	野菜スティック	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	野菜スティック	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	
にんじん、きゅうり	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	にんじん	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ		
バナナ	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	りんご	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック		
	にんじん、きゅうり	にんじん、きゅうり	にんじん	にんじん、きゅうり		にんじん、きゅうり	にんじん、だいこん	にんじん、きゅうり	にんじん、きゅうり	にんじん、きゅうり		
	りんご	りんご	りんご	りんご		りんご	りんご	りんご	バナナ	りんご		
おやつ	バナナ	きなこ粥	バナナ	食パン	マカロニきなこ	バナナヨーグルト	バナナ	バナナ	バナナ	りんご	食パン	

2023年度 6月離乳食 予定献立

	16日(金)	19日(月)	20日(火)	21日(水)	22日(木)	23日(金)	26日(月)	27日(火)	28日(水)	29日(木)	30日(金)	
初期食 5, 6か月ごろ	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	粥	
	野菜ペースト	鯛のペースト				鯛のペースト		鯛のペースト			鯛のペースト	
	にんじん	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	野菜ペースト	
	豆腐	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	さつまいも	にんじん	にんじん	にんじん	
	さつまいも	じゃがいも	さつまいも	だいこん	さつまいも	さつまいも	さつまいも	じゃがいも	にんじん	じゃがいも	さつまいも	じゃがいも
	野菜スープ	さつまいも	だいこん	じゃがいも	ブロッコリー	じゃがいも	ほうれん草	豆腐	だいこん	だいこん	豆腐	
	キャベツ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スティック	野菜スープ	
	たまねぎ	もやし	キャベツ	キャベツ	キャベツ	ほうれん草	豆腐	キャベツ	豆腐	豆腐	キャベツ	
	昆布だし	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	豆腐	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	もやし	たまねぎ
	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	昆布だし	
中期食 7, 8ヵ月ごろ	粥	粥	粥	粥		粥	粥	粥	粥		粥	
		鯛をほぐす			ささみと野菜のうどん	鯛をほぐす	鯛をほぐす			ささみと野菜のうどん	鯛をほぐす	
	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	ささみ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	ささみ	野菜の煮物	
	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	
	豆腐	じゃがいも	さつまいも	だいこん	キャベツ	さつまいも	じゃがいも	さつまいも	じゃがいも	もやし	じゃがいも	
	さつまいも	さつまいも	だいこん	じゃがいも	野菜の煮物	じゃがいも	豆腐	豆腐	だいこん	野菜の煮物	豆腐	
	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	さつまいも	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	豆腐	野菜スープ	
	キャベツ	もやし	キャベツ	キャベツ	ブロッコリー	ほうれん草	たまねぎ	キャベツ	豆腐	さつまいも	キャベツ	
	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	かつお昆布だし	豆腐	ほうれん草	たまねぎ	たまねぎ	だいこん	たまねぎ	
かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし		かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし		
後期食 9～11か月頃	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ささみと野菜のうどん	ごはん	ごはん	ごはん	ごはん	ささみと野菜のうどん	ごはん	
	豚ミンチの煮物	鯛の煮物	鶏ミンチの煮物	牛肉の煮物	にんじん	鯛の煮物	鯛の煮物	鶏肉の煮物	牛肉の煮物	にんじん	鯛の煮物	
	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	キャベツ	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	野菜の煮物	もやし	野菜の煮物	
	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	野菜の煮物	にんじん	にんじん	にんじん	にんじん	野菜の煮物	にんじん	
	豆腐	じゃがいも	さつまいも	だいこん	さつまいも	さつまいも	じゃがいも	さつまいも	じゃがいも	豆腐	豆腐	
	さつまいも	さつまいも	だいこん	じゃがいも	ブロッコリー	じゃがいも	豆腐	豆腐	だいこん	さつまいも	じゃがいも	
	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	かつお昆布だし	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	野菜スープ	だいこん	野菜スープ	
	キャベツ	もやし	キャベツ	キャベツ	しょうゆ	ほうれん草	たまねぎ	たまねぎ	豆腐	かつお昆布だし	キャベツ	
	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	たまねぎ	野菜スティック	豆腐	ほうれん草	キャベツ	たまねぎ	しょうゆ	たまねぎ	
	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	にんじん	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	かつお昆布だし	野菜スティック	かつお昆布だし	
	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	きゅうり	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	しょうゆ	
	野菜ステック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	バナナ	野菜ステック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	野菜スティック	きゅうり	野菜スティック
にんじん、きゅうり	にんじん、だいこん	にんじん	にんじん、きゅうり		にんじん	にんじん	にんじん	にんじん、きゅうり	りんご	にんじん、きゅうり		
りんご	りんご	りんご	りんご		りんご	りんご	りんご	りんご		りんご		
おやつ	きなこバナナ	バナナ	蒸しじゃがいも	りんご	バナナ	食パン	食パン	りんご	バナナ	食パン	バナナヨーグルト	