



わんぱく保育園献立表

(6月分)



				離乳食					
		9:30	11:00	15:00	10:30	10:45	14:30	10:45	14:30
日	曜	おやつ	昼食	おやつ	初期	中期	後期	後期	後期
1	水	牛乳 せんべい	ご飯 小松菜の味噌汁 ひじきの煮付 ウインナー パナナ	お茶 おにぎり	10倍かゆ 小松菜のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ 清汁 人参のじゃこ煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ 清汁 人参のじゃこ煮
2	木	牛乳 お米スナック	ご飯 人参の清汁 牛肉と野菜のうま煮 胡瓜のごま和え	牛乳 コーンのおやき	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ クリームコンスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ クリームコンスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが
3	金	牛乳 ポーロ	ご飯 じゃが芋の味噌汁 豚肉の炒め煮 マカロニサラダ	カルピスかん	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 野菜スープ じゃが芋のそぼろ煮
4	土	牛乳 せんべい	ご飯 五目炒め豆腐 きゃべつと春雨の和え物	牛乳 あられ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	7倍かゆ おじやかゆ 人参の甘煮	5倍かゆ 味噌汁 煮豆腐	5倍かゆ おじやかゆ 人参の甘煮
6	月	牛乳 ノンフライチップ	ご飯 豆腐の清汁 鶏肉のうま煮 野菜ののり酢和え	牛乳 ポテト餅	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 チンゲン菜のうま煮	7倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが	5倍かゆ 清汁 チンゲン菜のうま煮	5倍かゆ きゃべつスープ じゃこじゃが
7	火	牛乳 せんべい	ご飯 ビーファン汁 ちくわの甘辛煮 ひじきの和風サラダ	牛乳 レーズン蒸しパン	10倍かゆ グリーンマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	7倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮	5倍かゆ 味噌汁 ほうれん草のうま煮	5倍かゆ 清汁 人参のそぼろ煮
8	水	牛乳 ビスケット	ご飯 麩の清汁 ポークビーンズ りんご 胡瓜と人参のおかか和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の甘煮	5倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の甘煮
9	木	牛乳 クラッカー	ご飯 人参の味噌汁 南瓜のそぼろ煮 シルバーサラダ	牛乳 アップルケーキ	10倍かゆ 南瓜マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ きゃべつスープ 南瓜のそぼろ煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ きゃべつスープ 南瓜のそぼろ煮
10	金	牛乳 コーンスナック	ご飯 豆腐の清汁 魚のバーベキューソース ボイルキャベツ	豆乳パバロア	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 煮豆腐
11	土	牛乳 ぼん菓子	ご飯 わんぱくカレー 切干大根のサラダ	牛乳 せんべい	10倍かゆ あけぼのマッシュ	7倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ わかめスープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌おじやかゆ グリーンピースのやわらか煮
13	月	牛乳 ビスケット	ご飯 油揚げの味噌汁 煮込みハンバーグ ミックス野菜	牛乳 マカロニきな粉	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ わかめスープ じゃが芋のきな粉和え	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ わかめスープ じゃが芋のきな粉和え
14	火	牛乳 クッキー	ご飯 高野のスープ 豚肉となすの味噌炒め 胡瓜の昆布和え	ヨーグルト和え	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のあけぼの煮	7倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 高野豆腐のあけぼの煮	5倍かゆ 清汁 麩のべたべた煮
15	水	牛乳 せんべい	ご飯 にゅうめん 五目煮豆腐 じゃこサラダ	牛乳 カレー風味のホットケーキ	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 人参のうま煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ きゃべつスープ 人参のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが
16	木	牛乳 紫芋スナック	中華風混ぜご飯 パナナ わかめスープ サーモン入りコロッケ	牛乳 白バラロールケーキ	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮
17	金	牛乳 ウエハース	ご飯 えのき茸の清汁 鯖のカレー煮 もやしとにらの和え物	オレンジゼリー	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 野菜のやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 野菜のやわらか煮
18	土	牛乳 ポーロ	ご飯 油揚げの味噌汁 牛肉とピーマンの細切り炒め	牛乳 あられ	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ 豆腐スープ 人参の甘煮	7倍かゆ おじやかゆ じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 豆腐スープ 人参の甘煮	5倍かゆ おじやかゆ じゃが芋のそぼろあんかけ
20	月	牛乳 サブレ	ご飯 ハヤシシチュー わかめと胡瓜のツナサラダ メロン	牛乳 お好み焼き	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ 清汁 グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 味噌汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 グリーンピースのやわらか煮
21	火	牛乳 クッキー	ご飯 小松菜の味噌汁 鶏肉の炒り煮 胡瓜の酢の物	牛乳 ぶどうゼリー	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	7倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮	5倍かゆ 野菜スープ 麩のべたべた煮	5倍かゆ 味噌汁 小松菜のうま煮
22	水	牛乳 せんべい	ご飯 豆腐の清汁 じゃが芋のベーコン煮 えのきとささみの和え物	牛乳 ココア入り蒸しパン	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ トマトスープ じゃが芋のそぼろあんかけ	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ トマトスープ じゃが芋のそぼろあんかけ
23	木	牛乳 ポテトスナック	ご飯 南瓜の味噌汁 いわしの梅煮 きゃべつと和風サラダ	牛乳 フルーツ和え	10倍かゆ 魚のくず煮	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 南瓜のうま煮	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 南瓜のうま煮
24	金	牛乳 クッキー	ご飯 チキンカレー 大豆サラダ パナナ	牛乳 青りんごゼリー	10倍かゆ 野菜マッシュ	7倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	7倍かゆ トマトスープ グリーンピースのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 きゃべつのうま煮	5倍かゆ トマトスープ グリーンピースのやわらか煮
25	土	牛乳 ぼん菓子	ラーメン きゃべつと和え物	牛乳 せんべい	10倍かゆ 豆腐マッシュ	7倍かゆ 清汁 煮豆腐	7倍かゆ 味噌おじやかゆ きゃべつのやわらか煮	5倍かゆ 清汁 煮豆腐	5倍かゆ 味噌おじやかゆ きゃべつのやわらか煮
27	月	牛乳 ウエハース	ご飯 わかめの味噌汁 栄養きんぴら もやしのごま和え	牛乳 ピーチゼリー	10倍かゆ ポテトマッシュ	7倍かゆ トマトスープ 人参の甘煮	7倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の白煮	5倍かゆ トマトスープ 人参の甘煮	5倍かゆ 納豆汁 じゃが芋の白煮
28	火	牛乳 コーンスナック	ご飯 豆腐スープ 肉じゃが きゃべつと胡瓜の和え物	牛乳 ジャムサンド	10倍かゆ きゃべつマッシュ	7倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	7倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮	5倍かゆ 清汁 豆腐の味噌煮	5倍かゆ 野菜スープ きゃべつのうま煮
29	水	牛乳 クラッカー	ご飯 しめじの味噌汁 赤魚の利休煮 春雨の和え物	牛乳 フライドポテト	10倍かゆ 白身魚のマッシュ	7倍かゆ 味噌汁 煮魚	7倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え	5倍かゆ 味噌汁 煮魚	5倍かゆ 清汁 じゃが芋の青のり和え
30	木	牛乳 ビスケット	ご飯 麩の清汁 豚肉と椎茸のケチャップ煮 野菜の昆布和え	お茶 おにぎり	10倍かゆ じゃが芋のマッシュ	7倍かゆ きゃべつスープ 麩のあけぼの煮	7倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが	5倍かゆ きゃべつスープ 麩のあけぼの煮	5倍かゆ 味噌汁 じゃこじゃが