



# 2023年6月 離乳食献立表（後期食）

社会福祉法人 都島友の会  
ひがみや児童センター



日曜日	AM朝食	昼食	材料	間食 (3時)	材料	延長 (6時)	材料
1 木	ハイハイ	軟飯 すまし汁 豆腐の肉味噌かけ 野菜サラダ	米 / 鶏肉 大根 人参 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 豆腐 豚肉 鶏肝臓 玉葱 人参 かつお昆布だし 味噌 醤油 上白糖 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	ビスタースト	食パン コーン ピーマン 玉葱 ケチャップ	ハイハイ	ハイハイ
2 金	ハイハイ	パン レタスサラダ 魚のオープン焼き スープ	パン / レタス 胡瓜 人参 わかめ 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 鮭 玉葱 ブロッコリー 醤油 上白糖 かつお昆布だし じゃが芋 コーン かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	フルーツポンチ (シロップ)	バナナ りんご (上白糖 水)	ハイハイ	ハイハイ
3 土	ハイハイ	スパゲティナポリタン スープ	スパゲティ 玉葱 しめじ 玉葱 玉葱 コーン ケチャップ 食塩 上白糖 かつお昆布だし 人参 キャベツ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
5 月	ハイハイ	軟飯 すまし汁 魚のみそ焼き ひじきの炒め物	米 / 豆腐 小松菜 かつお昆布だし 味噌 豚 味噌 上白糖 かつお昆布だし ひじき 鶏肉 人参 いんげん かつお昆布だし 醤油 上白糖	青のりポテト	じゃが芋 青のり 食塩	豆乳蒸しパン	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 豆乳
6 火	ハイハイ	わかめうどん さつま芋の煮物 お浸し	うどん わかめ 玉葱 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 さつま芋 かつお昆布だし 醤油 上白糖 キャベツ 小松菜 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	中華風おにぎり	米 豚肉 人参 醤油 上白糖	ハイハイ	ハイハイ
7 水	ハイハイ	軟飯 オレンジ ピーマンチュー ブロッコリーサラダ	米 / オレンジ 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 ブロッコリー 胡瓜 コーン 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし	お好み焼き	キャベツ 豚肉 小麦粉 豚肉 食塩 青のり	お子様せんべい	お子様せんべい
8 木	ハイハイ	軟飯 みそ汁 鶏肉の磯辺焼き 切り干し大根の炒め煮	米 / 厚揚げ 白菜 かつお昆布だし 味噌 鶏肉 青のり 醤油 かつお昆布だし 切り干し大根 大豆 人参 かつお昆布だし 醤油 上白糖	フルーツ ヨーグルト	ヨーグルト バナナ	お子様せんべい	お子様せんべい
9 金	ハイハイ	軟飯 みそ汁 鶏団子のあんかけ チンゲン菜の和え物	米 / 南瓜 えのき茸 かつお昆布だし 味噌 鶏肉 玉葱 ひじき かつお昆布だし 醤油 上白糖 片栗粉 チンゲン菜 キャベツ 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし	きな粉バナナ	バナナ きな粉 上白糖	ハイハイ	ハイハイ
10 土	ハイハイ	中華丼ぶり スープ	米 豚肉 白菜 玉葱 人参 かつお昆布だし 醤油 上白糖 片栗粉 大根 ブロッコリー かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
12 月	ハイハイ	おかかチャーハン 大豆サラダ もやしスープ	米 かつお節 豚肉 人参 玉葱 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 大豆 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし もやし 小松菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	さつま芋 蒸しパン	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 水 さつま芋	ハイハイ	ハイハイ
13 火	ハイハイ	軟飯 レバーの甘辛煮 八宝菜 中華スープ	米 / 鶏肝臓 玉葱 かつお昆布だし 醤油 上白糖 豚肉 白菜 青梗菜 玉葱 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 豆腐 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様せんべい	お子様 せんべい	ホットケーキ	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 水
14 水	ハイハイ	軟飯 炒り豆腐 魚の塩焼き みそ汁	米 / 豆腐 豚肉 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豚 食塩 なす 油揚げ 小松菜 かつお昆布だし 味噌	ふかし芋	さつま芋	お子様せんべい	お子様せんべい
15 木	ハイハイ	スパゲティミートソース スティック野菜 オレンジ	スパゲティ 人参 玉葱 牛肉 豚肉 鶏肝臓 ビーマン ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 かつお昆布だし 片栗粉 胡瓜 人参 大根 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし オレンジ	おかかおにぎり	米 かつお節 醤油	ハイハイ	ハイハイ
16 金	ハイハイ	軟飯 お浸し おろしハンバーグ 南瓜の豆乳スープ	米 / キャベツ 人参 えのき茸 醤油 上白糖 かつお昆布だし 牛肉 豚肉 鶏肉 鶏肝臓 大豆 玉葱 食塩 片栗粉 / 大根 かつお昆布だし 醤油 上白糖 南瓜 人参 小松菜 豆乳 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	コーン蒸しパン	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 水 コーン	ハイハイ	ハイハイ
17 土	ハイハイ	鶏そぼろ丼ぶり みそ汁	米 鶏肉 ほうれん草 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし キャベツ 里芋 かつお昆布だし 味噌	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
19 月	ハイハイ	軟飯 青梗菜の和え物 鶏肉の照り焼き みそ汁	米 / 青梗菜 キャベツ 醤油 上白糖 かつお昆布だし 鶏肉 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 豆腐 人参 わかめ かつお昆布だし 味噌	お子様 せんべい	お子様 せんべい	ハイハイ	ハイハイ
20 火	ハイハイ	ハヤシライス 野菜サラダ オレンジ	米 牛肉 玉葱 人参 じゃが芋 かつお昆布だし ケチャップ 醤油 上白糖 食塩 片栗粉 キャベツ 胡瓜 ブロッコリー コーン 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし オレンジ	じゃが芋 きな粉	じゃが芋 きな粉 上白糖	お子様せんべい	お子様せんべい
21 水	ハイハイ	軟飯 かぼちゃサラダ 魚の南蛮酢 みそ汁	米 / 南瓜 大豆 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 豚 玉葱 人参 ビーマン 酢 醤油 上白糖 かつお昆布だし 厚揚げ わかめ えのき茸 かつお昆布だし 味噌	ジャムサンド	パン ジャム	バナナ	バナナ
22 木	ハイハイ	肉うどん さつま芋の甘煮 胡瓜とわかめの酢みそ和え	うどん 牛肉 玉葱 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖 さつま芋 かつお昆布だし 醤油 上白糖 胡瓜 わかめ 人参 味噌 酢 上白糖 醤油 かつお昆布だし	じゃこビー おにぎり	米 人参 しらす ピーマン 醤油 上白糖	ハイハイ	ハイハイ
23 金	ハイハイ	軟飯 昆布と豚肉の炒め物 豆腐団子のあんかけ みそ汁	米 / 刻み昆布 豚肉 人参 かつお昆布だし 醤油 上白糖 鶏肉 豆腐 かつお昆布だし 醤油 上白糖 片栗粉 小松菜 玉葱 かつお昆布だし 味噌	りんご蒸しパン	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 水 りんご	ハイハイ	ハイハイ
24 土	ハイハイ	チキンピラフ スープ	米 鶏肉 玉葱 ビーマン コーン 食塩 醤油 上白糖 かつお昆布だし 人参 白菜 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	お子様 せんべい	お子様 せんべい		
26 月	ハイハイ	軟飯 春雨の和え物 豆腐入り松風焼き すまし汁	米 / 春雨 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 豆腐 鶏肉 玉葱 人参 片栗粉 味噌 上白糖 大根 わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	バナナ	バナナ	きなこ 蒸しパン	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 水 きな粉
27 火	ハイハイ	軟飯 お浸し 豚肉とピーマンの炒め物 みそ汁	米 / キャベツ 小松菜 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豚肉 玉葱 ビーマン 醤油 上白糖 かつお昆布だし 片栗粉 南瓜 油揚げ かつお昆布だし 味噌	豆乳バナナ パンケーキ	小麦粉 油 A-キッド H'グー 上白糖 豆乳 バナナ ほうれん草	お子様せんべい	お子様せんべい
28 水	ハイハイ	軟飯 厚揚げの野菜あんかけ 魚の塩焼き みそ汁	米 / 厚揚げ 人参 小松菜 かつお昆布だし 醤油 上白糖 片栗粉 豚 食塩 えのき茸 玉葱 かつお昆布だし 味噌	お子様せんべい	お子様せんべい	ハイハイ	ハイハイ
29 木	ハイハイ	軟飯 胡瓜の和え物 キャベツ入りマーボー豆腐 わかめスープ	米 / 胡瓜 人参 醤油 上白糖 かつお昆布だし 豆腐 豚肉 玉葱 人参 キャベツ かつお昆布だし 味噌 醤油 上白糖 片栗粉 わかめ かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	じゃが芋 マッシュ	じゃが芋 豆乳 食塩	ハイハイ	ハイハイ
30 水	ハイハイ	チキンライス マカロニサラダ スープ	米 鶏肉 玉葱 人参 コーン ケチャップ 食塩 上白糖 かつお昆布だし マカロニ キャベツ 胡瓜 人参 酢 上白糖 食塩 かつお昆布だし 青梗菜 大根 かつお昆布だし 食塩 醤油 上白糖	きなこサンド	パン きな粉 上白糖	ハイハイ	ハイハイ

今月は虫歯予防デーとして、6月4日からの1週間、『歯と口の健康週間』があります。  
給食では、丈夫な歯を作るカルシウムやたんぱく質を含む食材や、  
唾液の分泌を促す噛み応えのある食材、酢を使ったメニューなどを取り入れています。  
おいしい食事をよく噛んで、丈夫で強い歯を育てましょう！！

