



※人参・玉ねぎ・青菜は、ほぼ毎日使用しています。
 ※中期食の肉はすべて鶏ささみひき肉になります。
 ※卵については、完了食のみ使用しています。

午前中のおやつ
 (中期食・後期食の飲み物は麦茶になります)
 月：麦茶、くだもの 火：麦茶、菓子
 水：牛乳、菓子 木：麦茶、ヨーグルト
 金：牛乳、くだもの
 ※献立の都合上、変更する場合があります。

6月 離乳食よていこんだて

令和4年度
 みしま中央こども園

日	曜	昼食		
		離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1	水	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物	おかゆ 玉ねぎのみそ汁 白身魚とかぼちゃの煮物	軟飯 玉ねぎのみそ汁 白身魚の揚げ煮 かぼちゃの煮物
2	木	煮そうめん キャベツとさつまいもの煮物 くだもの	煮うどん キャベツとさつまいもの煮物 くだもの	焼きそばイタリアン キャベツとさつまいもの煮物 くだもの
3	金	洋風かゆ 白玉のみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	洋風粥 白玉のみそ汁 じゃがいものそぼろ煮	ごはん ツナっぱふりかけ 白玉のみそ汁 酢豚
6	月	おかゆ じゃがいものみそ汁 白身魚とマカロニのクリーム煮	おかゆ じゃがいものみそ汁 白身魚とマカロニのクリーム煮	軟飯 じゃがいものみそ汁 白身魚とマカロニのクリーム煮
7	火	しらすかゆ 大根のみそ汁 キャベツと大豆の煮物	しらすかゆ 大根のみそ汁 キャベツと大豆の煮物	わかめ軟飯 大根のみそ汁 揚げ鶏と大豆の煮物
8	水	食パン コンソメスープ やわらか肉団子のうま煮	食パン コンソメスープ やわらか肉団子のうま煮	食パン コンソメスープ チーズハンバーグ 野菜の煮物
9	木	五目そうめん かぼちゃの甘煮 くだもの	五目うどん かぼちゃの甘煮 くだもの	五目うどん かぼちゃの甘煮 くだもの
10	金	和風かゆ すまし汁 白身魚の野菜あんかけ	和風かゆ すまし汁 白身魚の野菜あんかけ	ひじき軟飯 すまし汁 鮭の塩焼き 野菜あんかけ
13	月	おかゆ 豆腐のみそ汁 キャベツのとろみ煮	おかゆ 豆腐のみそ汁 キャベツのとろみ煮	軟飯 豆腐のみそ汁 鶏肉とキャベツのとろみ煮
14	火	野菜あんかけかゆ キャベツスープ さといもの煮物	野菜あんかけかゆ キャベツスープ さといもの煮物	マーボーどんぶり わかめスープ さといもの煮物
15	水	貝だくさんおじや やわらか肉だんごの野菜あんかけ ゼリー	貝だくさんおじや やわらか肉だんごの野菜あんかけ ゼリー	カレーライス ハンバーグの野菜あんかけ ゼリー
16	木	煮そうめん ポテトのチーズ蒸し くだもの	煮うどん ポテトのチーズ蒸し くだもの	ちゃんぽんラーメン ポテトのチーズ蒸し くだもの
17	金	おかゆ 豆腐のスープ 肉じゃが	おかゆ 豆腐のスープ 肉じゃが	軟飯 もずくのスープ 肉じゃが おひたし
20	月	おかゆ 貝だくさん汁 白身魚とさつまいものうま煮	おかゆ 貝だくさん汁 白身魚とさつまいものうま煮	軟飯 豚汁 鮭とさつまいものうま煮
21	火	洋風おじや 野菜スープ じゃがいものそぼろ煮 チーズ	洋風おじや 野菜スープ じゃがいものそぼろ煮 チーズ	チキンライス ニラ玉スープ ポテトコロッケ チーズ
22	水	食パン 豆腐スープ マカロニのコンソメ煮	食パン 豆腐スープ マカロニのコンソメ煮	食パン かに豆腐スープ ラザニア おひたし
23	木	五目そうめん さつまいもの甘煮 くだもの	五目うどん さつまいもの甘煮 くだもの	和風スパゲッティ さつまいもの甘煮 くだもの
24	金	おかゆ キャベツのみそ汁 切干大根のそぼろ煮	おかゆ キャベツのみそ汁 切干大根のそぼろ煮	軟飯 キャベツのみそ汁 からあげと切干大根の煮物
27	月	洋風かゆ キャベツとツナのうま煮 くだもの	洋風かゆ キャベツとツナのうま煮 くだもの	ハヤシライス キャベツとツナのうま煮 くだもの
28	火	あんかけがゆ じゃがいものみそ汁 キャベツの煮浸し ゼリー	あんかけがゆ じゃがいものみそ汁 キャベツの煮浸し ゼリー	中華丼 えのきのみそ汁 キャベツの煮浸し ゼリー
29	水	食パン コンソメスープ やわらか肉団子のうま煮	食パン コンソメスープ やわらか肉団子のうま煮	食パン コンソメスープ エビカツの野菜あんかけ
30	木	煮そうめん じゃがいものそぼろあんかけ くだもの	煮うどん じゃがいものそぼろあんかけ くだもの	煮うどん じゃがいものそぼろあんかけ くだもの

