



2025年6月 すすきの保育園離乳予定献立



日にち	曜日	初期 (ゴックン) 5～6ヶ月	中期 (モグモグ) 7～9ヶ月	後期 (カミカミ) 9～11ヶ月頃			完了期 (バクバク) 12ヶ月～		
				午前おやつ	お昼	午後おやつ	午前おやつ	お昼	午後おやつ
2	月	つぶしがゆ チンゲン菜としらすの煮物 人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏肉の煮物 チンゲン菜としらす煮 人参の味噌汁	マンナウエハース	全がゆ 鶏肉の煮物 チンゲン菜としらす煮 人参の味噌汁	マフィン	麦茶 せんべい	ご飯 豚汁煮 ナムル なめこの味噌汁	牛乳 ちんすこう
3	火	つぶしがゆ カレイと大根のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイと大根の煮物 小松菜の煮びたし 麩の味噌汁	野菜スティック	全がゆ カレイと大根の煮物 小松菜の煮びたし 麩の味噌汁	マカロニさなこ	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 鮭のねぎ塩焼き 茎わかめのきんぴら 大根と小松菜の味噌汁	牛乳 きな粉ラスク
4	水	つぶしがゆ 高野豆腐とブロッコリーのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏じゃが煮 高野豆腐とブロッコリーの煮物 わかめの味噌汁	ハイハイ	全がゆ 鶏じゃが煮 高野豆腐とブロッコリーの煮物 わかめの味噌汁	プレーンケーキ	麦茶 かぼちゃスティック	ご飯 チキンカレーライス ブロッコリーとひじきのサラダ 飲むヨーグルト	牛乳 お誕生日ケーキ
5	木	つぶしがゆ 人参としらすのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ キャベツのそぼろ煮 人参としらすのサラダ 玉ねぎの味噌汁	野菜スティック	全がゆ キャベツのそぼろ煮 人参としらすのサラダ 玉ねぎの味噌汁	雑炊	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 照焼きハンバーグ コールスローサラダ えのきの味噌汁	牛乳 のり塩スナツタ
6	金	つぶしがゆ カレイのペースト 人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイの煮付け 人参煮 麩の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ カレイの煮付け 人参煮 麩の味噌汁	コーンフレックヨーグルト	麦茶 クラッカー	ご飯 鶏の南部焼き 春雨サラダ しめじと卵のすまし汁	牛乳 フルーツコーンフレックヨーグルト
7	土	つぶしがゆ しらすと人参のペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ しらすと人参煮 ツナとキャベツのサラダ 玉ねぎの味噌汁	おこめぼー	全がゆ しらすと人参煮 ツナとキャベツのサラダ 玉ねぎの味噌汁	マンナウエハース	麦茶 リッツ	チキンライス ツナサラダ ウインナーとコーンのスープ	牛乳 ビスコ・せんべい
9	月	つぶしがゆ 高野豆腐と人参のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 高野豆腐と人参煮 白菜の煮びたし 小松菜の味噌汁	おやさいりんぐ	全がゆ 高野豆腐と人参煮 白菜の煮びたし 小松菜の味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶 せんべい	ご飯 豚肉と高野豆腐のうま煮 白菜と蒸し鶏の磯香和え 小松菜の味噌汁	牛乳 あじさいゼリー
10	火	パンがゆ 豆腐と人参のペースト じゃがいもとほうれん草のペースト 野菜スープ	パンがゆ 鶏肉のトマト煮 じゃがいもとほうれん草の煮物 豆腐と人参のスープ	野菜スティック	食パン 鶏肉のトマト煮 じゃがいもとほうれん草の煮物 豆腐と人参のスープ	雑炊	麦茶 野菜スティック&チーズ	ローパン 鶏肉のトマト煮 ポテトサラダ ほうれん草と豆腐のスープ	牛乳 ゆかりしらすおにぎり
11	水	つぶしがゆ カレイと玉ねぎの煮物 かぼちゃのペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイと玉ねぎの煮物 かぼちゃ煮 人参の味噌汁	ハイハイ	全がゆ カレイと玉ねぎの煮物 かぼちゃ煮 人参の味噌汁	煮込みうどん	麦茶 クラッカー	麦ご飯 さわらの西京焼き 大豆のチーズサラダ かぼちゃのすまし汁	牛乳 焼きうどん
12	木	つぶしがゆ じゃがいもとしらすのペースト 小松菜と人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏肉の煮物 じゃがいもとしらすの煮物 小松菜の味噌汁	野菜スティック	全がゆ 鶏肉の煮物 じゃがいもとしらすの煮物 小松菜の味噌汁	スティック食パン	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 鶏のから揚げ 切干大根の塩昆布和え じゃが芋とにらの味噌汁	牛乳 黒ごまサンド
13	金	つぶしがゆ 豆腐と人参のペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐の野菜あん キャベツの煮びたし もやしの味噌汁	ひじきせんべい	全がゆ 豆腐の野菜あん キャベツの煮びたし もやしの味噌汁	バナナ・せんべい	麦茶 ミレービスケット	ビビンバ丼 わかめサラダ 豆腐と玉ねぎの味噌汁	牛乳 オレンジ・ウエハース
14	土	つぶしがゆ 高野豆腐とほうれん草のペースト バナナ 野菜スープ	煮込みうどん 高野豆腐とほうれん草の煮物 バナナ	おこめぼー	煮込みうどん 高野豆腐とほうれん草の煮物 バナナ	ハイハイ	麦茶 アスバラガスビスケット	味噌ラーメン 人参のサラダ バナナ	牛乳 ワッフル・せんべい
16	月	つぶしがゆ 玉ねぎとしらすのペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏肉と人参の煮物 玉ねぎとしらすの煮物 小松菜の味噌汁	マンナビスケット	全がゆ 鶏肉と人参の煮物 玉ねぎとしらすの煮物 小松菜の味噌汁	キャベツ焼き	麦茶 せんべい	麦ご飯 タンドリーチキン 切干大根のサラダ 玉ねぎと卵の中華スープ	牛乳 お好み焼き
17	火	つぶしがゆ カレイと玉ねぎのペースト じゃがいもと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイと玉ねぎの煮物 じゃがいもと人参の煮物 チンゲン菜の味噌汁	バナナ	全がゆ カレイと玉ねぎの煮物 豚肉とじゃがいもの煮物 チンゲン菜の味噌汁	蒸しパン	麦茶 バナナ	ご飯 肉じゃが もやしのツナ和え チンゲン菜の味噌汁	牛乳 揚げパン
18	水	つぶしがゆ 大根としらすのペースト キャベツのペースト 野菜スープ	7倍がゆ 大根としらすの煮物 キャベツのペースト わかめの味噌汁	小魚せんべい	全がゆ 大根としらすの煮物 キャベツのペースト わかめの味噌汁	パンケーキ	麦茶 ブルー	麦ご飯 にら豚春雨 カニカマサラダ 大根とわかめの味噌汁	牛乳 うずまきパイ
19	木	つぶしがゆ 高野豆腐と人参のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	煮込みうどん 小松菜とまやしのおひたし お麩のふわふわ煮	マンナウエファア	煮込みうどん 小松菜とまやしのおひたし お麩のふわふわ煮	ひじき雑炊	麦茶 かぼちゃスティック	けんちんうどん 小松菜とまやしのごま和え チーズ	牛乳 ひじきご飯
20	金	つぶしがゆ 豆腐のペースト かぼちゃのペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐の野菜あん かぼちゃ煮 キャベツの味噌汁	おやさいりんぐ	全がゆ 豆腐の野菜あん かぼちゃ煮 キャベツの味噌汁	ヨーグルトバナナマフィン	麦茶 リッツ	ご飯 麻婆豆腐 竹輪とキャベツの中華和え かぼちゃのスープ	牛乳 ヨーグルトバナナケーキ
21	土	つぶしがゆ 豆腐と人参のペースト 小松菜のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 豆腐と人参の煮物 小松菜の煮びたし 大根の味噌汁	おやさいせんべい	全がゆ 豆腐と人参の煮物 小松菜の煮びたし 大根の味噌汁	ハイハイ	麦茶 クラッカー	ご飯 がんもと豚肉の旨煮 蒸し鶏のサラダ 豆腐と小松菜の味噌汁	牛乳 みかんゼリー・せんべい
23	月	つぶしがゆ 人参としらすのペースト 玉ねぎとほうれん草のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 人参のそぼろ煮 玉ねぎとほうれん草の煮物 麩の味噌汁	ハイハイ	全がゆ 人参のそぼろ煮 玉ねぎとほうれん草の煮物 麩の味噌汁	豆乳蒸しパン	麦茶 アスバラガスビスケット	ご飯 千草焼き 納豆和え 麩とほうれん草の味噌汁	牛乳 豆乳ココア蒸しパン
24	火	つぶしがゆ 豆腐のペースト 人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ カレイの煮付け 人参の煮物 豆腐の味噌汁	野菜スティック	全がゆ カレイの煮付け 人参の煮物 豆腐の味噌汁	スティック食パン	麦茶 野菜スティック&チーズ	ご飯 アジの胡麻揚げ 切干大根の煮付け 豆腐といんげんの味噌汁	牛乳 カレーチーストースト
25	水	つぶしがゆ 高野豆腐のペースト 人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ 鶏のだし煮 スパゲティサラダ 高野豆腐の味噌汁	おこめぼー	全がゆ 鶏のだし煮 スパゲティサラダ 高野豆腐の味噌汁	マフィン	麦茶 ミレービスケット	麦ご飯 豚肉とたけのこの炒め物 スパゲティサラダ わかめスープ	牛乳 ごまスコーン
26	木	つぶしがゆ ブロッコリーとしらすのペースト 玉ねぎと人参のペースト 野菜スープ	7倍がゆ ブロッコリーとしらすの煮物 玉ねぎと人参の煮物 麩の味噌汁	マンナウエハース	全がゆ 豚肉と玉ねぎの煮物 ブロッコリーとしらす煮 麩の味噌汁	雑炊	麦茶 野菜スティック&チーズ	ハヤシライス ブロッコリーとカニカマのサラダ 卵とコーンのスープ	牛乳 リッツサンド
27	金	つぶしがゆ カレイのペースト かぼちゃのペースト トマトスープ	7倍がゆ 鶏のだし煮 かぼちゃ煮 トマトマカロニスープ	ハイハイ	全がゆ 鶏のだし煮 かぼちゃ煮 トマトマカロニスープ	パンケーキ	麦茶 畑のクラッカー	ご飯 鶏の照り焼き かぼちゃサラダ ABCスープ	牛乳 黒糖くずもち
28	土	つぶしがゆ かぶとしらすのペースト 人参と玉ねぎのペースト 野菜スープ	7倍がゆ かぶとしらすの煮物 人参と玉ねぎの煮物 わかめスープ	ひじきせんべい	全がゆ かぶとしらすの煮物 人参と玉ねぎの煮物 わかめスープ	マンナウエハース	麦茶 かぼちゃスティック	豚丼 マカロニサラダ かぶのスープ	牛乳 たい焼き・せんべい
30	月	つぶしがゆ チンゲン菜と高野豆腐煮 人参とキャベツのペースト 野菜スープ	チンゲン菜と小松菜の煮物 チンゲン菜と高野豆腐の煮物 人参とキャベツのスープ	マンナビスケット	スバゲティ 鶏肉と小松菜の煮物 チンゲン菜と高野豆腐の煮物 人参とキャベツのスープ	鶏雑炊	麦茶 せんべい	ミートソーススパゲティ チンゲン菜とハムの中華和え しめじとキャベツのスープ	牛乳 鶏ごぼろチャーハン

* 材料購入の関係上、多少の変更はご了承願います。

* 献立の「ご飯」に使用しているお米は、国内産米となっています。

* 保育園では調理にはいろいろな食材を使用しております。献立表の材料名もご覧いただき、食べたことがない食材は事前にご家庭でもお試しくださるようお願い申し上げます。