

日	曜日	おひる	おやつ(牛乳)	主な材料	力や熱になる	血や肉になる	体の調子を整える
1	火	梅わかめうどん 鶏肉のチンジャオロース ごぼうサラダ バナナ	午前 カリんとう 午後 いなりずし	●うどん 片栗粉 ヨネーズ 米 胡麻 他3種 ●わかめ 鶏 しらす 他3種 ●梅干し ねぎ 人参 筍 ピーマン 牛蒡 胡瓜 蓬根 バナナ			
		ご飯 牛肉とアスパラの炒め物 南瓜ソテー グレープフルーツ スナップエンドウとトマトサラダ キャベツと薄揚げ味噌汁	午前 ポーア 午後 一口ドーナツ	●米 バター 胡麻 ●牛 油揚げ 味噌 しらす 牛乳 ●アスパラ トマト 胡瓜 レタス グレープフルーツ 玉葱 人参 南瓜 ブロッコリー 他4種			
3	木	クロワッサン 鶏のムニエル ひき肉とじゃが芋の炒め物 レタスとツナのサラダ ほうれん草とベーコンのスープ メロン	午前 ピスケット 午後 くるみもち	●クロワッサン 小麦粉 バター ジャガ芋 ●鰯 サバ 鶏 ベーコン 牛乳 ●レタス 胡瓜 バブリ 人参 ピーマン ほうれん草 玉葱 メロン			
		ご飯 おからコロッケ トマトと胡瓜の酢の物 切干大根とベーコンの炒め物 白菜の味噌汁 バイナップル	午前 おこし 午後 さつま芋蒸しパン	●米 ジャガ芋 ヨネーズ パン粉 他5種 ●ツナ 卵 わかめ しらす ベーコン 他3種 ●玉葱 胡瓜 トマト 切干大根 白菜 ねぎ にんにく パイナップル			
5	土	味噌ラーメン 南瓜のひじき煮 大根と水菜のサラダ みかん缶	午前 あられ 午後 まがりせんべい	●中華麺 胡麻 ●焼き豚 海苔 味噌 ひじき わかめ しらす 牛乳 ●もやし にら にんにく ねぎ 南瓜 大根 人参 水菜 みかん缶 他2種			
		ご飯 鮭の塩焼き ツナサラダ バナナ ブロッコリーとコーンソテー 茄子の味噌汁	午前 ポーア 午後 チョコチップクッキー	●米 ジャガ芋 ヨネーズ チョコレート 他2種 ●鮭 サバ わかめ 味噌 卵 牛乳 ●キャベツ 胡瓜 人参 トマト ブロッコリー コーン 玉葱 にんにく 茄子 バナナ 他2種			
8	火	ホテサラサンド ベーコン入りオムレツ バイナップル レタスとオレンジのサラダ 筍とキャベツのスープ	午前 カリんとう 午後 たらこおにぎり	●パン ジャガ芋 米 ヨネーズ ●ツナ 卵 牛乳 ウィナー たらこ ●胡瓜 人参 ほうれん草 玉葱 レタス カツオ 筍 キャベツ パイナップル			
		ご飯 鰯フライ ブロッコリーのゆかり和え キャベツソテー 南瓜ときのこの味噌汁 りんご	午前 ピスケット 午後 カルビスゼリー	●米 パン粉 ヨネーズ ●鰯 卵 油揚げ 牛乳 寒天 ●ブロッコリー 大葉 キャベツ 人参 南瓜 えのき しめじ 玉葱 りんご 他2種			
10	木	きのことツナのトマトパスタ 豚肉ボテ巻き オレンジ 水菜とベーコンのサラダ ほうれん草とコーンのスープ	午前 おこし 午後 きなこもち	●ハゲッティー ジャガ芋 バター 小麦粉 もち米 ●ツナ 豚 ベーコン きな粉 牛乳 ●にんにく しめじ えのき 玉葱 マッシュルーム トマト 人参 カツオ 他5種			
		ご飯 白身魚のネギ味噌焼き 豆苗と切干の胡麻酢和え 鶏肉と大豆の煮物 もやしと人参のすまし汁 メロン	午前 あられ 午後 ジャガ芋のおやき	●米 胡麻 ジャガ芋 小麦粉 ●カルーラ 味噌 鶏 大豆 卵 しらす 牛乳 ●ねぎ 豆苗 トマト 切干大根 人参 牛蒡 もやし にら メロン			
12	土	卵うどん 鶏肉とじゃが芋のソテー 干し大根の酢の物 バナナ	午前 ポーア 午後 マリー	●うどん ジャガ芋 胡麻 ●卵 鶏 わかめ 牛乳 ●三つ葉 玉葱 人参 バタ カット 大根 人参 胡瓜 バナナ			
		ご飯 ししゃもフライ もやしとささみの中華和え ピーマンと人参のキンピラ 白菜スープ オレンジ	午前 カリんとう 午後 杏仁豆腐	●米 パン粉 胡麻 茄苺 ●ししゃも 卵 鶏 ベーコン 寒天 牛乳 ●胡瓜 もやし トマト 人参 ピーマン 白菜 椎茸 青梗菜 カツオ 他4種			
15	火	麻婆ラーメン ほうれん草たらこ和え かにかま入り卵焼き りんご	午前 ピスケット 午後 烤きおにぎり	●中華麺 片栗粉 胡麻 ●鶏 味噌 豆腐 たらこ 卵 かにかまぼこ しらす 牛乳 ●にんにく 生姜 人参 ねぎ にら ほうれん草 白菜 玉葱 他3種			
		アスパラと人参の混ぜご飯 豚カツ ももゼリー キャベツのおかか和え 茄子とトマトの味噌汁	午前 おこし 午後 ガトーショコラ	●米 茄苺 チョコレート 生クリーム 桃ゼリー 他3種 ●油揚げ 豚 卵 味噌 牛乳 ●人参 アスパラガス キャベツ ほうれん草 茄子 トマト 大葉			
17	木	南瓜パンズ 牛肉のオイスターソース炒め グレープフルーツ ツナボテサラダ 大豆と野菜のトマト煮 コンソメスープ	午前 あられ 午後 大芋	●パン ジャガ芋 ヨネーズ さつま芋 胡麻 ●牛 サバ 卵 大豆 ベーコン 牛乳 ●しめじ ブロッコリー 玉葱 にんにく 生姜 胡瓜 人参 グレープフルーツ 他5種			
		ご飯 鰯の照り焼き 和風サラダ バナナ 粉ふきさつま芋 大根とわかめのすまし汁	午前 ポーア 午後 アップル春巻き	●米 胡麻 さつまいも 春巻き ●鰯 油揚げ わかめ 牛乳 ●人参 胡瓜 大根 もやし 玉葱 バナナ りんご			
19	土	イタリアンスパゲッティー オクラと豆腐サラダ キャベツのスープ 桃缶	午前 カリんとう 午後 おにぎりせんべい	●ハゲッティー ●ベーコン 豆腐 わかめ ひじき かつお節 牛乳 ●玉葱 ピーマン マッシュルーム にんにく トマト オクラ 桃缶 他2種			
		ご飯 鶏肉のマーマレード焼 きのこのバター炒め しらす和え セロリと薄揚げ味噌汁 グレープフルーツ	午前 ピスケット 午後 野菜マフィン	●米 マーマレード ホットケーキミックス ジャガ芋 バター ●鶏 しらす 油揚げ 味噌 卵 牛乳 ●にんにく 白菜 人参 小松菜 椎茸 しめじ 舞茸 グレープフルーツ 他4種			
22	火	ハムと胡瓜のサンド 鰯のトマチーズ焼き グリーンサラダ 椎茸とエノキスープ カツオ	午前 おこし 午後 フルーツヨーグルト	●パン ヨネーズ ●ハム 鰯 チーズ ベーコン ヨーグルト 牛乳 ●胡瓜 玉葱 レタス バブリ セロリ 椎茸 えのき ねぎ カツオ バナナ 他6種			
		ご飯 豚肉の生姜焼き 小松菜と竹輪の炒め物 海老サラダ 麻婆豆腐のすまし汁 バナナ	午前 あられ 午後 ウィンナーバイ	●米 ヨネーズ 麻 バイ ●豚 海老 竹輪 わかめ ウイナー 卵 牛乳 ●生姜 レタス 胡瓜 レモン 小松菜 人参 玉葱 ハーレタス カツオ			
24	木	ちゃんほんうどん ジャコとしその卵焼き ごぼうと人参の胡麻和え りんご	午前 ポーア 午後 ひじきとけ混ぜご飯	●うどん 片栗粉 胡麻 米 ●豚 いか 海老 卵 しらす ひじき サバ 牛乳 ●玉葱 人参 筍 もやし 青梗菜 生姜 椎茸 大葉 牛蒡 キャベツ りんご			
		ご飯 タンドリーチキン唐揚げ おかかドレッシングサラダ 野菜のマヨネーズ焼 オクラの味噌汁 バイナップル	午前 カリんとう 午後 コーントースト	●米 胡麻 ヨネーズ パン ●鶏 ヨーグルト かつお節 わかめ 味噌 青のり 牛乳 ●生姜 にんにく モントマト 胡瓜 人参 レタス 南瓜 パイナップル 他6種			
26	土	リース焼きそば 鶏肉とさつま芋の煮物 イモともやしのスープ バイ缶	午前 ピスケット 午後 チョイス	●中華麺 さつま芋 ●豚 鶏 牛乳 ●キャベツ もやし 人参 にら 玉葱 えのき ねぎ バイ缶			
		ご飯 カレイの胡麻マヨ焼き 胡瓜の吉野酢和え 茄子の煮びたし 長芋の味噌汁 グレープフルーツ	午前 おこし 午後 フルーツ白玉	●米 ヨネーズ 長芋 胡麻 片栗粉 白玉粉 他1種 ●カレイ 味噌 油揚げ 牛乳 ●胡瓜 大根 人参 きくらげ 茄子 玉葱 ねぎ バナナ りんご 他3種			
29	火	たらこの和風バター ひき肉とトマトのオムレツ バナナ ブロッコリーと林檎のサラダ レタスとハムのスープ	午前 あられ 午後 たぬきおにぎり	●スパゲッティー バター 米 ●いか たらこ 海苔 卵 牛豚 牛乳 ハム 青のり ●エリンギ しめじ 椎茸 玉葱 ねぎ トマト ブロッコリー グレープフルーツ 他5種			
		ご飯 味噌焼きキッズ かりかりじゃこサラダ カツオ じゃが芋とベーコンの炒め物 大根とイモのすまし汁	午前 ポーア 午後 南瓜スコーン	●米 胡麻 ジャガ芋 小麦粉 バター ●鶏 わかめ しらす ベーコン 卵 牛乳 ●生姜 大根 人参 水菜 トマト 玉葱 にんにく えのき オレンジ 他3種			

※午前のおやつ(O. 1. 2歳のみ) 変更する場合があります。

ゆりかご クーラ お誕生日会です。

立案者:三田 慶愛

令和3年度			6月	離乳食 予定献立表	六甲ゆりかごこども園・クーラ
日	曜日	ごはん		おやつ	材料
1	火	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	うどん 鶏肉 人参 南瓜 玉葱
2	水	お粥 お汁 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	米 牛肉 キャベツ 玉葱 トマト
3	木	パン スープ 鱈と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	パン 鮭 玉葱 人参 ジャガ芋
4	金	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 大根 トマト さつま芋
5	土	煮込みラーメン 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	中華麺 白身魚 南瓜 人参 大根
7	月	お粥 お汁 鮭と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鮭 キャベツ 人参 玉葱
8	火	パン スープ 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	パン 鶏肉 ジャガ芋 ほうれん草 人参
9	水	お粥 お汁 鱈と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鮭 ブロッコリー 南瓜 玉葱
10	木	スープパスタ 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ 豚肉 トマト ジャガ芋 玉葱
11	金	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 白身魚 人参 さつま芋 トマト
12	土	煮込みうどん 鶏肉野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	うどん 鶏肉 玉葱 人参 ジャガ芋
14	月	お粥 お汁 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 豚ミンチ トマト 白菜 人参
15	火	煮込みラーメン 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	中華麺 豚肉 玉葱 人参 ほうれん草
16	水	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 キャベツ 人参 トマト
17	木	パン スープ 牛肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	パン 牛肉 さつま芋 ブロッコリー 玉葱
18	金	お粥 お汁 鰯と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鰯 玉葱 人参 大根
19	土	スープパスタ 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ 豚肉 玉葱 トマト キャベツ
21	月	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 人参 小松菜 ジャガ芋
22	火	パン スープ 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	パン 白身魚 玉葱 キャベツ 南瓜
23	水	お粥 お汁 豚肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 豚肉 小松菜 人参 玉葱
24	木	煮込みうどん 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	うどん 鶏肉 玉葱 人参 キャベツ
25	金	お粥 お汁 白身魚と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 白身魚 ブロッコリー トマト 玉葱
26	土	煮込みラーメン 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	中華麺 鶏肉 キャベツ 人参 さつま芋
28	月	お粥 お汁 カレイと野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 カレイ 玉葱 人参 大根
29	火	スープパスタ 肉団子と野菜の煮物	午前 午後	ボーロ 赤ちゃんせんべい	スパゲッティ 豚ミンチ トマト 玉葱 ブロッコリー
30	水	お粥 お汁 鶏肉と野菜の煮物	午前 午後	赤ちゃんせんべい ボーロ	米 鶏肉 トマト 大根 人参

※午前のおやつは変更する場合があります。

ゆりかご クーラ

お誕生日会です。

立案者：三田 慶愛