



6月幼児食予定献立表



平成30年

西原白百合保育園

日	曜日	朝おやつ	昼食	おやつ	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体調を整えるもの)	
1	金	ごまウエハース	麦ご飯 魚カレーニエル 果物 ゴーヤーチャンプルー 冬瓜のみそ汁	揚げたこ焼き 牛乳	サバ 豚肉 アーサ 卵 牛乳	白米 押し麦 たこ焼き	トマト ゴーヤー 人参 玉ねぎ 冬瓜 ねぎ 果物	
2	土	かりんとう	鶏そぼろ丼 スパサラダ 果物 白菜スープ	ビスコ チーズ 牛乳	鶏ミンチ 卵 ハム チーズ 牛乳	白米 サラスパ ビスコ	玉ねぎ 人参 ねぎ 胡瓜 コーン 白菜 にら 果物	
4	月	はちャ棒	ふりかけご飯 からし菜炒め 果物 卵焼き うどん汁	プリン クラッカー	ツナ缶 厚揚げ 卵 カニ棒 ワカメ いなりあげ プリン	白米 うどん クラッカー	からし菜 人参 果物 長ネギ ねぎ	
5	火	ヨーグルト	ご飯 魚フライタルソースかけ 果物 かみかみあえ みそ汁	小倉ケーキ 牛乳	白身魚 卵 油揚げ サキイカ 牛乳 小倉あん	白米	玉ねぎ パセリ キャベツ 胡瓜 人参 白菜 ねぎ 果物	
6	水	果汁	大根ひじきミートスパゲティ フレンチサラダ 果物 卵スープ	みそおにぎり 枝豆	合挽き ひじき 卵 ツナ缶 枝豆	スパゲティ 白米	玉ねぎ コーン 大根 グリーンピース レタス 果物 水菜 ピーマン かいわれ	
7	木	ヤクルト	玄米ご飯 サバのゆかり焼き 果物 野菜チャンプルー 冬瓜のみそ汁	アメリカンドック 牛乳	サバ 豚肉 桜えび 厚揚げ 卵 牛乳	白米 発芽玄米 長芋	ブロッコリー もやし 人参 にら 玉ねぎ ねぎ 冬瓜 キャベツ 果物	
8	金	オレンジゼリー	ドライカレー 野菜サラダ 果物 コンソメスープ	ツナサンド 牛乳	合挽 ツナ缶 牛乳	白米 パン	玉ねぎ 人参 レタス コーン グリンピース パセリ 果物	
9	土	小魚	ご飯 肉じゃが 果物 胡瓜の和え物 豆腐のすまし汁	タンナファクルー ブルー 牛乳	豚肉 ワカメ ちくわ 絹豆腐 牛乳	白米 じゃが芋 しらたき タンナファクルー	グリーンピース 玉ねぎ ねぎ 胡瓜 人参 果物	
11	月	チョコウエハース	ビーフカレー コールスローサラダ 果物 コンソメスープ	ほうれん草 蒸しパン 牛乳	牛肉 卵 チーズ 牛乳	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 キャベツ ブロッコリー 胡瓜 トマト パセリ 果物 ホウレン草	
12	火	ブルー	ご飯 鮭のチーズ焼き 果物 ひじき炒め なめこ汁	芋天ぷら 牛乳	鮭 チーズ ひじき 卵 豚肉 牛乳	白米 こんにやく さつま芋	パセリ トマト 人参 にら なめこ ねぎ 果物	
13	水	果汁	長崎ちゃんぽん風ラーメン 果物 小松菜の白和え ポテトフライ	青菜しらす おにぎり お茶	豚肉 ナルト ツナ缶 木綿豆腐 しらす 牛乳	白米 ラーメン じゃが芋	キャベツ もやし にら 人参 小松菜 果物	
14	木	フルーツグラノーラ	あわご飯 レバーのから揚げ 果物 ナムル じゃが芋のみそ汁	ジャムパン 牛乳	豚レバー カニ棒 牛乳	白米 じゃが芋 あわ パン	トマト 胡瓜 もやし 人 参 小松菜 玉ねぎ にら 果物	
15	金	スルメ	豚丼 南瓜サラダ 果物 ゆし豆腐	お好み焼き 牛乳	豚肉 卵 チーズ ゆし豆腐 桜えび 牛乳	白米 長芋	玉ねぎ 人参 ピーマン 南瓜 果物 ねぎ キャベツ	
16	土	レーズン	チャーハン 春雨サラダ 果物 コンソメスープ	黒棒 チーズ 牛乳	ウインナー カニ棒 牛乳 チーズ	白米 春雨 黒棒	人参 玉葱 小松菜 胡瓜 コーン 果物 白菜 ねぎ キャベツ	
18	月	せんべい	五穀米ご飯 魚の和風マヨ焼き 果物 麩チャンプルー すまし汁	サーター アンダギー 牛乳	白身魚 しそ昆布 卵 ポーク缶 アーサ 牛乳	白米 五穀米 車麩	長ネギ ねぎ キャベツ 人参 もやし にら えのき かいわれ 果物	
19	火	ヨーグルト	ご飯 チキンのカレーチーズ焼き 果物 キャベツの昆布あえ みそ汁	ちんびん 牛乳	鶏肉 ツナ缶 昆布 厚揚げ 牛乳	白米	胡瓜 ブロッコリー キャベツ 人参 白菜 ねぎ 果物	
20	水	小魚	納豆ご飯 クーピーリチー 果物 トマトあえ 五目汁	ふかし芋 牛乳	納豆 刻み昆布 豚肉 牛乳 ツキアゲ	白米 こんにやく さつま芋	人参 にら ねぎ 大根 ごぼう トマト 果物	
21	木	グレープゼリー	焼きそば 胡瓜の浅漬け 果物 ちくわの磯辺揚げ 豆腐のみそ汁	ジュシー おにぎり 牛乳	豚肉 ちくわ ワカメ ひじ き 綿豆腐 牛乳 ツナ缶	中華麺 白米	玉ねぎ 人参 しめじ ピーマン 胡瓜 果物 ねぎ	
22	金	ごまウエハース	ご飯 ハンバーグ 果物 もやしの和え物 大根スープ	ちんすこう レーズン 牛乳	合挽き 卵 ツナ缶 牛乳	白米 ちんすこう	人参 ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー もやし 大根 小松菜 果物	
25	月	黒棒	パン クラムチャウダー 野菜サラダ ウインナーのケチャップソテー 果物	南瓜ケーキ 牛乳	アサリ ベーコン 卵 ウインナー 牛乳	パン じゃが芋	人参 グリンピース レタス 胡瓜 トマト 玉ねぎ 南瓜 果物	
26	火	プリン	ご飯 さんまのかば焼き 果物 大根と胡瓜の甘酢レモンあえ みそ汁	とうもろこし チーズ 牛乳	秋刀魚 チーズ 牛乳	白米 じゃが芋	トマト 大根 胡瓜 えのき しめじ ねぎ 果物 とうもろこし	
27	水	シーカーサーゼリー	三枚肉そば 切干大根のごまあえ 果物 金時豆の甘煮	鮭おにぎり 牛乳	三枚肉 かまぼこ 金時豆 鮭 牛乳	沖縄そば 白米	ねぎ 切干大根 人参 胡瓜 果物	
28	木	ヤクルト	お弁当会 & お誕生会					
29	金	ブルー	タコライス 南瓜の煮物 果物 ゆし豆腐	ヨーグルト ビスケット	合挽き チーズ ゆし豆腐 ヨーグルト	白米 ビスケット	玉ねぎ 人参 ピーマン トマト レタス 南瓜 ねぎ 果物 とうもろこし	
30	土	はちャ棒	カレーピラフ ブロッコリーサラダ 果物 中華スープ	コーンフレーク 牛乳	ベーコン 牛乳	白米 コーンフレーク	玉ねぎ コーン 人参 ブロッコリー グリンピース 白菜 にら 椎茸 果物	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 6月23日は慰霊の日でお休みです。



6月離乳食予定献立表

平成30年

西原白百合保育園

日	曜日	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	捕食 (後期~)	
調理形態		ヨーグルト状 パースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく刻み		
1	金	つぶし粥 魚のトマト煮マッシュ 果汁 ゴーヤーペースト 冬瓜スープ	麦全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 ゴーヤーのつぶし煮 冬瓜のみそ汁	麦軟飯 魚のトマト煮 果物 ゴーヤーの柔らか煮 冬瓜のみそ汁	ヒラヤーチー	
2	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 スパサラダマッシュ 白菜スープ	全粥 鶏そぼろつぶし煮 果物 つぶしスパサラダ 白菜スープ	軟飯 鶏そぼろ煮 果物 スパサラダ 白菜スープ	ビスケット チーズ	
4	月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜マッシュ 清ましスープ	全粥 チャンプルーつぶし煮 果物 南瓜の煮物 うどん汁	軟飯 チャンプルー煮 果物 南瓜の煮物 うどん汁	ヨーグルト ビスケット	
5	火	つぶし粥 魚のすりおろし煮 果物 野菜ペースト 白菜のみそ汁	全粥 魚のミルクつぶし煮 果物 野菜のつぶし和え物 白菜のみそ汁	軟飯 魚のミルク煮 果物 和え物 白菜のみそ汁	小倉 パンケーキ	
6	水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 野菜のトマトつぶし煮 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 野菜のトマト煮 果物 サラダ オニオンスープ	ジューシー	
7	木	つぶし粥 魚のおろし煮 果汁 野菜ペースト 冬瓜スープ	全粥 魚のつぶし煮 果物 野菜つぶし煮 冬瓜のみそ汁	軟飯 魚の煮つけ 果物 野菜炒め煮 冬瓜のみそ汁	ふかし芋	
8	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 つぶしミルク煮 果物 つぶし野菜サラダ オニオンスープ	軟飯 ミルク煮 果物 野菜サラダ オニオンスープ	チーズパン	
9	土	つぶし粥 じゃが芋ペースト 果汁 和え物マッシュ 豆腐のすり流し汁	全粥 じゃが芋のつぶし煮 果物 つぶし和え物 豆腐のすまし汁	軟飯 じゃが芋の煮物 果物 和え物 豆腐のすまし汁	ビスケット チーズ	
11	月	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 サラダマッシュ オニオンスープ	全粥 ササミのミルクつぶし煮 果物 つぶしサラダ オニオンスープ	軟飯 ササミのミルク煮 果物 コールスローサラダ オニオンスープ	ハウレン草 蒸しパン	
12	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 人参ペースト すまし汁	全粥 魚のトマトつぶし煮 果物 人参つぶし煮 みそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 人参炒め煮 みそ汁	ふかし芋	
13	水	煮込みうどんすり流し汁 ヨーグルト 小松菜和え物マッシュ じゃが芋ペースト	煮込みつぶしうどん 小松菜の白和え ヨーグルト じゃが芋の煮物	煮込みうどん 小松菜の白和え ヨーグルト じゃが芋の煮物	しらす おにぎり	
14	木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ナムルマッシュ じゃが芋スープ	あわ全粥 レバーのトマトつぶし煮 果物 つぶしナムル じゃが芋のみそ汁	あわ軟飯 レバーのトマト煮 果物 ナムル じゃが芋のみそ汁	ジャムパン	
15	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜サラダマッシュ すましスープ	軟飯 鶏肉の煮物 果物 南瓜サラダ ゆし豆腐	軟飯 鶏肉の煮物 果物 南瓜サラダ ゆし豆腐	お好み焼き	
16	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 春雨サラダマッシュ 白菜スープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 つぶし春雨サラダ 白菜スープ	軟飯 鶏肉の野菜煮 果物 春雨サラダ 白菜スープ	ビスケット チーズ	
18	月	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 野菜ペースト すましスープ	全粥 魚のつぶし煮 果物 つぶし麩チャンプルー すまし汁	軟飯 魚の煮つけ 果物 麩チャンプルー すまし汁	南瓜 おやき	
19	火	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 キャベツの和え物マッシュ 白菜スープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 キャベツのつぶしあえ 白菜のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 キャベツの和え物 白菜のみそ汁	ちんびん	
20	水	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 トマトマッシュ 大根スープ	納豆全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 つぶしトマト和え みそ汁	納豆軟飯 鶏肉の煮物 果物 トマト和え みそ汁	ふかし芋	
21	木	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 おろし胡瓜 すましスープ	全粥 鶏肉のつぶし煮 果物 胡瓜のつぶしあえ煮 豆腐のみそ汁	軟飯 鶏肉の煮物 果物 和え物 豆腐のみそ汁	ヨーグルト	
22	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 もやしの和え物マッシュ 大根スープ	全粥 ササミの野菜つぶし煮 果物 もやしのつぶし和え 大根スープ	軟飯 ササミの野菜煮 果物 もやしの和え物 大根スープ	じゃが芋 おやき	
25	月	つぶし粥 野菜ミルク煮マッシュ 果汁 野菜ペースト サラダマッシュ	全粥 ホワイトシチュー 果物 野菜のつぶし煮 つぶし野菜サラダ	軟飯 ホワイトシチュー 果物 野菜のチーズ煮 野菜サラダ	南瓜 パンケーキ	
26	火	つぶし粥 魚のすり流し 果汁 大根と胡瓜のおろしあえ 里芋のみそ汁	全粥 魚のつぶし煮 果物 大根と胡瓜のおろし和え 里芋のみそ汁	軟飯 魚のトマト煮 果物 大根と胡瓜の和え物 じゃが芋のみそ汁	とうもろこし チーズ	
27	水	煮込みうどんすり流し汁 果汁 和え物マッシュ	つぶし煮込みうどん つぶし和え物 果物 金時豆のつぶし煮	煮込みうどん 和え物 果物 金時豆の甘煮	鮭 おにぎり	
28	木	 お弁当会 & お誕生会 				
29	金	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 南瓜の煮物 すましスープ	全粥 ササミの野菜つぶし煮 果物 南瓜の煮物 ゆし豆腐	軟飯 ササミの野菜煮 果物 南瓜の煮物 ゆし豆腐	ヨーグルト ビスケット	
30	土	つぶし粥 野菜ペースト 果汁 ブロッコリーサラダマッシュ スープ	全粥 ササミの野菜つぶし煮 果物 つぶしブロッコリーサラダ スープ	軟飯 ササミの野菜煮 果物 ブロッコリーサラダ スープ	コーン フレーク	

※ 食材の都合により献立を変更する事があります。

※ 6月23日は慰霊の日でお休みです。

