





# 6月の離乳食献立表

たがみ台保育園 ひよこくみ

令和6年5月31日 発行

		初期食（5～6か月）	中期食（7～8か月）	後期食（9～11か月）	午後食
1 29	土	にんじんのスープ 10倍粥	鶏肉と野菜のあんかけ もやしとにんじんのくたくた煮 7倍粥	マーボー豆腐風 もやしの和え物 全粥	ミルク オレンジ
3 17	月	さつまいもの裏ごし 10倍粥	白身魚の人参ソースがけ さつまいもの柔らか煮 7倍 粥	白身魚の彩りソースがけ レタスのサラダ さつまいものポタージュ 全粥	ミルク バナナ
4 18	火	たまねぎのスープ 10倍粥	鶏とたまねぎのとろみ和え ジャガイモのとろとろスープ 7倍粥	鶏じゃが 野菜の和え物 全粥	ミルク りんご
5 19	水	きゃべつのスープ 10倍粥	ささみの煮つぶし 刻みキャベツ 7倍粥	ささみボール きゅうりのサラダ とうもろこしのスープ 全粥	ミルク バナナ
6 20	木	じゃがいもの裏ごし 10倍粥	ささみとトマトの刻み煮 マッシュポテト 7倍粥	トマトリゾット ポテトサラダ 全粥	ミルク オレンジ
7 21	金	みそ汁のうわずみ 10倍粥	白身魚の素焼き 野菜スープ 7倍粥	白身魚の野菜のあんかけ きゃべつの和え物 にんじんのみそ汁 全粥	ミルク りんご
8 22	土	大根のスープ 10倍粥	鶏と野菜のくず煮 刻み大根 7倍粥	鶏と野菜の炒め物 大根スープ 全粥	ミルク バナナ
10 24	月	にんじんのスープ 10倍粥	ささみの素焼き にんじんのとろみ汁 7倍粥	鶏の塩焼き チンゲン菜のサラダ オニオンスープ 全粥	ミルク オレンジ
11 25	火	さつまいもの裏ごし 10倍粥	魚のおろし煮 柔らかく刻みサラダ 7倍粥	魚の煮付け 小松菜の和え物 大根のみそ汁 全粥	ミルク りんご
12 26	水	きゃべつのスープ 10倍粥	ささみの柔らかうどん グリーンサラダ 7倍粥	味噌煮込みうどん ほうれん草のお浸し 全粥	ミルク バナナ
14 28	金	じゃがいもの裏ごし 10倍粥	ささ身とじゃがいもの ホロホロ焼き ブロッコリースープ 7倍粥	鶏の醤油焼き 粉ふき芋 トマトスープ 全粥	ミルク オレンジ
27	木	たまねぎのスープ 10倍粥	ささみとたまねぎのスープ煮 きゅうりの粗つぶし 7倍粥	鶏肉と野菜の炒め煮 きゅうりともやしのサラダ 全粥	ミルク バナナ
13	木	みそ汁のうわずみ 10倍粥	ささ身と豆腐の柔らか煮 人参とキャベツの和え物 7倍粥	おろしチキン きゅうりの和え物 豆腐のみそ汁 全粥	りんご
15	土	愛情弁当の日 (主食・副食共に準備ください。お子様の食べやすい大きさや量を調整してください。)			ミルク バナナ

## 離乳食を食べたがらないときは？

9～11か月ごろになると、食欲不振になることがあります。食べないときは、食材、調理法や味つけを変えて少しずつ与えてみましょう。ただし、無理強いはいしないこと。生活リズムを整えながら、しばらくするとすんなり食べることもあります。

