令和８年６月　　# 離　乳　食　献　立　表　　中期（7，8か月頃）　　バンビ保育園梅島園

日	曜日	午前食＋ミルク（10時～11時） 午後食＋ミルク（2時半～3時頃）	食材 血や肉を作るもの（赤）	熱や力となるもの（黄）	体の調子をよくするもの（緑）	その他 調味料等
1 15 29	月	５倍粥 豚と野菜のおかか煮 みそ汁　果物	糸けずり節,豚肉 みそ	米 片栗粉 さつま芋	玉葱,人参,小松菜 葉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		ひじきぞうすい 野菜のそぼろ煮	干しひじき 豚肉	米 片栗粉	玉葱,人参,葉葱	かつお節 醤油,かつお節
2 16 30	火	５倍粥 鶏肉と野菜のトマト煮 清汁　果物	鶏肉	米 じゃが芋,片栗粉	胡瓜,人参,ﾄﾏﾄﾋﾟｭｰﾚ 青菜,玉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		玉ねぎぞうすい 高野豆腐と野菜煮	高野豆腐	米 片栗粉	玉葱 ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜,人参	かつお節 醤油,かつお節
3 17	水	煮込みうどん 二色野菜煮　果物	豚肉	干しうどん,片栗粉 片栗粉	青菜,葱 ｷｬﾍﾞﾂ,人参　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		わかめぞうすい 豚肉と野菜のみそ煮	わかめ 豚肉,みそ	米 片栗粉	青菜,人参,もやし	かつお節 かつお節
4 18	金	パン粥 魚の野菜あんかけ 野菜スープ　果物	魚（かれい）	食パン 片栗粉 じゃが芋	ｷｬﾍﾞﾂ,人参 玉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		さつま芋粥５倍 玉ふと野菜の煮物		米,さつま芋 片栗粉,白砂糖,玉ふ	ｷｬﾍﾞﾂ,玉葱,人参	醤油,かつお節
5 19	木	５倍粥 豆腐のやわらか煮 南瓜のみそ汁　果物	豆腐 みそ	米 片栗粉	ｷｬﾍﾞﾂ,人参 南瓜,玉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		南瓜ぞうすい 鶏団子と野菜のスープ	鶏肉	米 片栗粉	南瓜 ｷｬﾍﾞﾂ,玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
6 20	土	５倍粥 豆腐の野菜煮 清汁　果物	豆腐	米 片栗粉	玉葱,人参 大根,葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		ねぎぞうすい 豚肉と野菜の煮物	豚肉	米 片栗粉	葱 胡瓜,大根,人参	かつお節 醤油,かつお節
8 22	月	５倍粥 豚と野菜のやわらか煮 清汁　果物	豚肉	米 片栗粉	胡瓜,人参 青菜,玉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		人参ぞうすい 野菜煮	豆腐	米 片栗粉	人参, 青菜,胡瓜,もやし	かつお節 醤油,かつお節
9 23	火	煮込みうどん 野菜煮　果物	鶏肉	干しうどん,片栗粉 片栗粉	青菜,玉葱,葱 胡瓜,人参　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		青菜ぞうすい 鶏肉の野菜煮	鶏肉	米 片栗粉	青菜 胡瓜,玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
10	水	５倍粥 鶏肉と野菜のおかか煮 みそ汁　果物	鶏肉,糸けずり節 みそ	米 片栗粉	青菜,玉葱 人参,葉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		玉葱雑炊 豆腐と野菜の煮物	豆腐	米 片栗粉	玉葱 青菜,大根,もやし	かつお節 醤油,かつお節
24	水	５倍粥 豆腐のやわらか煮 みそ汁　果物	豆腐 みそ	米 片栗粉	玉葱,人参 大根,青菜　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		人参ぞうすい 豚肉と野菜のスープ	豚肉	米 片栗粉	人参 大根,玉葱	かつお節 醤油,かつお節
11 25	木	５倍粥 魚の野菜煮 南瓜のみそ汁　果物	魚（かれい） みそ	米 片栗粉,白砂糖	青菜,胡瓜,人参 南瓜,玉葱　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		人参ぞうすい 野菜のそぼろ煮	鶏肉	米 片栗粉,白砂糖	人参 キャベツ,人参,南瓜	かつお節 醤油,かつお節
12 26	金	パン粥 大豆と野菜の煮物 キャベツスープ　果物	大豆水煮缶	食パン じゃが芋,片栗粉	胡瓜,玉葱 ｷｬﾍﾞﾂ,人参　果物	醤油,かつお節,だし昆布 醤油,かつお節,だし昆布
		キャベツぞうすい 豚と野菜煮	豚肉	米 じゃが芋,片栗粉,白砂糖	ｷｬﾍﾞﾂ 玉葱,人参	かつお節 醤油,かつお節
13 27	土	５倍粥 鶏の野菜煮 みそ汁　果物	鶏肉 みそ	米 片栗粉	ｷｬﾍﾞﾂ,胡瓜 玉葱,人参　果物	醤油,かつお節,だし昆布 かつお節,だし昆布
		のりぞうすい 麩の野菜煮	刻みのり	米 玉ふ,片栗粉,白砂糖	玉葱,人参,葱	かつお節 醤油,かつお節

今月の平均栄養価　エネルギー：４２８ kcal　たんぱく質：１４.４ｇ　脂質：１２.９ｇ

○今月の使用予定果物：小玉すいか・バナナ・みかん缶・もも缶（入荷状況等により日々の使用果物を決定します）

○献立（食材）は、園の行事・その他の都合により、変更することがありますのでご了承ください。献立が変更になった場合は、お知らせします。

○中期は午前食のみの提供になります。参考に午後食の献立も掲載しています。