

令和6年

6月

つばさこども園 予定献立表

	月	火	水	木	金	土	
朝おやつ	<p><b>6月4日は虫歯予防デー</b></p> <p>6月4日～10日は<b>歯と口の健康週間</b>です。歯と口の健康週間は6(む)4(し)にちなみ、6月4日を虫歯予防デーとしたのがはじまりです。6月の献立にはよく噛むようにゴボウ、たけのこ、れんこん、きゅうり、大根などをメニュー取り入れています。</p> 						1
献立							中華丼 きゅうりのおかか和え みそ汁 果物
おやつ							牛乳, 菓子パン
朝おやつ	3 せんべい	4 バナナ	5 ヨーグルト	6 バナナ	7 煮干し (0.1歳せんべい)	8	
献立	チキンカレーライス ブロッコリーの彩りサラダ オニオンスープ みかん缶	麦ごはん 【歯の衛生週間～10日】 カミカミ豆腐ハンバーグ アスパラガスソテー だいこんのみそ汁 ヨーグルト 	もちきびご飯 チキンのマーマレード焼き 小松菜のじゃこ和え わかめのすまし汁 オレンジ	豚丼 春雨サラダ ほうれん草のみそ汁 りんご	ゆかりご飯 さば塩焼き (0～2歳児白身魚に変更) 人参シリシリ炒め アーサ汁 バナナ1/3	ごはん 肉じゃが煮 キャベツのごま和え みそ汁 果物	
おやつ	牛乳, バナナマフィン	調整豆乳, ミルクパン	牛乳, ポテトの海苔塩揚げ	牛乳, きな粉蒸しパン	牛乳, ジャムサンド	牛乳, 菓子パン,	
朝おやつ	10 せんべい	11 バナナ	12 ヨーグルト	13 バナナ	14 煮干し (0.1歳せんべい)	15	
献立	三色ごはん(丼) (卵あり) かぼちゃの甘煮 玉ねぎのみそ汁 オレンジ	麦ごはん チキンのうめ焼き 切干し大根のパンパンジー風サラダ ゆし豆腐 みかん缶	もちきびご飯 鮭のキャロット焼き クープイリチー 豆乳みそ汁 バナナ1/3	三枚肉沖縄そば 大根と青菜の和え物 りんご	【お弁当会】 	マーボーナス丼 ブロッコリーのおかか和え チンゲン菜スープ 果物	
おやつ	牛乳, さつま芋天ぷら	調整豆乳, 麩のラスク, りんご	牛乳, カミカミ豆腐ドーナツ	調整豆乳, ジューシーおにぎり	牛乳, ピザトースト	牛乳, 菓子パン	
朝おやつ	17 せんべい	18 バナナ	19 ヨーグルト	20 バナナ	21 煮干し (0.1歳せんべい)	22	
献立	麦ごはん 豚肉のガチャップ炒め いんげんと竹輪のサラダ コーンスープ みかん缶	ごはん(ふりかけ) さばの照り焼き (0～2歳児白身魚に変更) ゴーヤーチャンプルー(卵) だいこんのみそ汁 オレンジ	チキンてり焼き丼(卵) マカロニサラダ 冬瓜のみそ汁 バナナ1/3	ごはん じゃがいものそぼろ煮 納豆和え そうめん汁 パイ缶	麦ごはん 豚すき焼き風煮 ごまかぼちゃ 麩とワカメのすまし汁 りんご	野菜そぼろ丼 さつま芋の甘煮 みそ汁 果物	
おやつ	牛乳, さつま芋蒸しケーキ(カップ)	調整豆乳, もずくのヒラヤーチー	牛乳, サーターアングギー	牛乳, シスコーン, オレンジ	牛乳, 揚げパン	牛乳, 菓子パン	
朝おやつ	24 せんべい	25 バナナ	26 ヨーグルト	27 バナナ	28 煮干し (0.1歳せんべい)	29	
献立	タコライス ブロッコリーサラダ 白菜の豆乳スープ みかん缶	ゆかりご飯 白身魚フライ ひじきの旨煮 じゃが芋のみそ汁 りんご	ごはん マーボー豆腐 千切り大根の和え物 もずくのすまし汁 バナナ1/3	もちきびご飯 チキンピザ風焼き 糸こんにゃくの野菜炒め アーサ汁 オレンジ	ごはん(ふりかけ) とんかつ / 添え 粉吹き芋 ほうれん草のソテー ABCスープ ジョア	ハヤシライス コールスローサラダ 果物	
おやつ	牛乳, レーズンソフトクッキー	調整豆乳, ココアトースト	牛乳, 黒糖ちんすこう	調整豆乳, おにぎり(油みそ)	【お誕生会】 牛乳, 誕生日ケーキ(2～5歳) 蒸しケーキ(0.1歳、7ル斤-児)	牛乳, 菓子パン	

※ 食材、行事、その他都合で献立を変更することがあります。

6月

## 離乳食献立表

	中期		後期	
	献立	主な食材	献立	主な食材
1日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,キャベツ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,白菜,大根,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ
3日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,じゃが芋,玉ねぎ,人参,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,じゃが芋,玉ねぎ,人参,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
4日 (火) 午前	全がゆ 豆腐と野菜のつぶし煮 だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,大根,玉ねぎ,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,大根,玉ねぎ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ	保育用ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(ブロッコリー)	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー
5日 (水) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,じゃが芋,小松菜 葉先,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,じゃが芋,小松菜 葉先,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ
6日 (木) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,ほうれん草,玉ねぎ,人参,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,ほうれん草,玉ねぎ,人参,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 南瓜おじや おろしりんご煮	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ りんご	保育用ミルク 南瓜おにぎり おろしりんご煮	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ りんご
7日 (金) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク パンがゆ バナナ	保育用ミルク 食パン(みみ無),さつまいも,保育用ミルク バナナ	保育用ミルク パンがゆ バナナ	保育用ミルク 食パン(みみ無),さつまいも,保育用ミルク バナナ
8日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク ソフトせんべい	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい
10日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,玉ねぎ,かぼちゃ,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,玉ねぎ,かぼちゃ,ほうれん草,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
11日 (火) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,ほうれん草,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや バナナ	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜) バナナ	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ バナナ
12日 (水) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 南瓜おじや(かぼちゃ)	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ
13日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,大根,こまつな,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,大根,こまつな,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや おろしりんご煮	保育用ミルク 全がゆ,人参,大根,かつおだし りんご	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜) おろしりんご煮	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ りんご
14日 (金) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,玉葱,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,玉葱,ほうれん草,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ	保育用ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(ブロッコリー)	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー
15日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,チンゲンサイ 葉先,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,チンゲンサイ 葉先,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ

6月

## 離乳食献立表

	中期		後期	
	献立	主な食材	献立	主な食材
17日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも
18日 (火) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,大根,ほうれん草 葉,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,大根,ほうれん草 葉,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ	保育用ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(ブロッコリー)	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー
19日 (水) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草 葉,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,ほうれん草 葉,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや バナナ	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜) バナナ	保育用ミルク 軟飯,人参,キャベツ バナナ
20日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,じゃが芋,小松菜,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,じゃが芋,小松菜,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ
21日 (金) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育用ミルク 全がゆ,人参,小松菜,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜)	保育用ミルク 軟飯,人参,小松菜
22日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,小松菜,さつまいも,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,小松菜,さつまいも,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ
24日 (月) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,玉ねぎ,人参,ミニブロッコリー,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,玉ねぎ,人参,ミニブロッコリー,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 芋がゆ(さつまいも)	保育用ミルク 全がゆ,さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり(さつまいも)	保育用ミルク 軟飯,さつまいも
25日 (火) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,じゃが芋,チンゲンサイ先,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,じゃが芋,チンゲンサイ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜)	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ
26日 (水) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ブロッコリーがゆ バナナ	保育用ミルク 全がゆ,ミニブロッコリー,玉ねぎ,かつおだし バナナ	保育用ミルク 軟飯おにぎり(ブロッコリー) バナナ	保育用ミルク 軟飯,玉ねぎ,ミニブロッコリー バナナ
27日 (木) 午前	全がゆ ささみと野菜の煮込み だし汁	全がゆ ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし	軟飯 ささみと野菜の煮込み だし汁	軟飯 ささ身ミンチ,人参,玉ねぎ,キャベツ,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育用ミルク 全がゆ,かぼちゃ	保育用ミルク 南瓜おにぎり	保育用ミルク 軟飯,かぼちゃ
28日 (金) 午前	全がゆ 白身魚のほぐし煮 だし汁	全がゆ 白身魚,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし かつおだし	軟飯 白身魚のほぐし煮 だし汁	軟飯 白身魚,人参,じゃが芋,ほうれん草,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育用ミルク 全がゆ,人参,玉ねぎ,かつおだし	保育用ミルク 軟飯おにぎり(野菜)	保育用ミルク 軟飯,人参,玉ねぎ
29日 (土) 午前	全がゆ 豆腐と野菜の煮込み だし汁	全がゆ 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし	軟飯 豆腐と野菜の煮込み だし汁	軟飯 絹ごし豆腐,人参,玉ねぎ,じゃが芋,かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ	保育用ミルク ソフトせんべい バナナ	保育用ミルク 赤ちゃんせんべい バナナ