

## 6月分 離乳食予定献立表（離乳後期）

台東区立保育園

日	曜日	おひる	間食		主な材料		
			10時頃	3時頃	熱や力になる	体をつくる	体の調子を整える
1 15 29	月	トマトがゆ しらす入り煮びたし 麩のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンヨーグルト 菓子	米 砂糖 麩	粉ミルク 豚ひき肉 しらす干し ヨーグルト	トマト缶 玉葱 人参 小松菜
2 16 30	火	煮込みうどん マッシュポテト 刻みトマト ミルク	ミルク 菓子	ミルク 人参そぼろがゆ オレンジ	乾麺 じゃが芋 米 砂糖	粉ミルク 鶏ひき肉	玉葱 人参 チンゲン菜 トマト オレンジ
3 17	水	おかゆ 白身魚のムニエル キャベツの煮びたし 切干大根の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 豆腐のクッキー バナナ	米 小麦粉 油 砂糖	粉ミルク 白身魚 みそ 豆腐	キャベツ 人参 切干大根 玉葱 バナナ
4 18	木	おかゆ 鶏つくね煮 人参のツナ煮 かぶのスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク じゃが芋の小判焼き	米 片栗粉 油 砂糖 じゃが芋	粉ミルク 鶏ひき肉 豆腐 ツナ缶	玉葱 人参 かぶ かぶの葉
5 19	金	肉味噌野菜がゆ さつま芋の甘煮 わかめスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク きな粉うどん すいか	米 砂糖 さつま芋 乾麺	粉ミルク 豚ひき肉 みそ きな粉	キャベツ なす 人参 玉葱 すいか 干わかめ
6 20	土	ささみがゆ 南瓜の甘煮 もやしの味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 砂糖	粉ミルク 鶏ささみ肉 みそ 豆腐	玉葱 人参 南瓜 もやし
8 22	月	青のりがゆ つくねの照り煮 野菜のソテー煮 トマトスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク そぼろがゆ	米 片栗粉 砂糖 油	粉ミルク 鶏ひき肉 豚ひき肉	玉葱 小松菜 人参 キャベツ トマト 青のり
9 23	火	おかゆ 煮込みハンバーグ キャベツのツナ煮 大根の味噌汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク バナナ 菓子	米 片栗粉 油 砂糖	粉ミルク 豚ひき肉 豆腐 ツナ缶 みそ	キャベツ 人参 ほうれん草 大根 バナナ
10 24	水	あんかけがゆ 人参の煮物 のっぺい汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンヨーグルト オレンジ	米 砂糖 片栗粉	粉ミルク 豚ひき肉 鶏ひき肉 ヨーグルト	白菜 葱 人参 大根 オレンジ
11 25	木	味噌うどん 煮魚 スティックきゅうり ミルク	ミルク 菓子	ミルク 人参がゆ バナナ	乾麺 砂糖 米	粉ミルク みそ 豚ひき肉 白身魚	小松菜 キャベツ 人参 きゅうり バナナ
12 26	金	おかゆ 和風豆腐ハンバーグ煮 ひじきのそぼろ煮 チンゲン菜のすまし汁 ミルク	ミルク 菓子	ミルク プレーンクッキー すいか	米 片栗粉 油 砂糖 小麦粉	粉ミルク 鶏ひき肉 豆腐 豚ひき肉	人参 いんげん チンゲン菜 葱 すいか 干ひじき
13 27	土	やわらかピラフ ツナじゃが 青菜のスープ ミルク	ミルク 菓子	ミルク 菓子	米 油 じゃが芋 砂糖	粉ミルク 鶏ひき肉 ツナ缶	人参 玉葱 小松菜

今月の平均栄養価 エネルギー 383kcal たんぱく質 11.7g

《旬の食材》アスパラガス かぼちゃ いんげん ピーマン 新じゃが芋 あじ スズキ メロン さくらんぼ すいか など  
(すべての食材を給食で使用しているわけではありません。)

延長保育では、ミルクと菓子を提供します。

献立の内容は、園の行事等により変更させていただくことがあります。