

6月 幼児食献立表

令和7年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児) 育心保育園 栄養士 照屋恵美

日曜日	果物 緑	昼食	おもな食材(食品)				日曜日	果物 緑	昼食	おもな食材(食品)			
			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)					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)	
2月	オレンジ	大根チキンカレー	鶏肉	白米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 大根 グリンピース	17火	りんご	麦ご飯	鮭	白米 押し麦			
		コーンスローサラダ	ハム	マヨネーズ	キャベツ 胡瓜 コーン			鮭のオーロラソース焼	ひじき 豚肉	しらたき	マヨネーズ	コーン	
3火	バナナ	きのこスープ			えのき茸 しめじ 人参	18水	パイナップル	ひじき炒め	ひじき 豚肉	しらたき	じゃが芋	人参 には	
		ちんぴん	牛乳	小麦粉 黒糖 砂糖 BP 油				じゃが芋のみそ汁	ひじき 豚肉	しらたき	じゃが芋	玉ねぎ ねぎ	
4水	パイナップル	ご飯	サバ	白米	ブロッコリー	19木	パイナップル	ごまクッキー	牛乳	ラード 砂糖 小麦粉			
		サバのノルウェー風	サバ		もやし 人参 には			牛乳	牛乳	ベーキングパウダー			
5木	りんご	豆腐チャンプルー	豚肉 木綿豆腐		大根 しめじ ねぎ	20金	オレンジ	三枚肉そば	三枚肉 かまぼこ	沖繩そば			
		みそ汁						豆腐サラダ	絹豆腐				
6金	バナナ	もちもちら焼き	小倉あん	ケーキMIX 白玉粉		21土	パイナップル	南瓜の揚げ煮					
		牛乳	牛乳					油みそおにぎり	ツナ缶	白米 砂糖			
7土	パイナップル	ひじき入ミートスパゲティ	ひじき 合挽	スパゲティ	玉ねぎ ピーマン 人参 トマト	24火	オレンジ	油みそおにぎり	ツナ缶	白米 砂糖			
		オーロラサラダ	卵	マヨネーズ	ブロッコリー 人参	25水	ヨーグルト	胡瓜スティック	ツナ缶	白米 砂糖			
8日	バナナ	ワカメすまし汁	ワカメ		長ネギ								
		青菜おにぎり		白米	青菜	26木	パイナップル						
9月	りんご	カットコーン		カットコーン			パイナップル						
						27金	パイナップル						
10火	バナナ	魚の天ぷら	白身魚	白米	トマト	28土	パイナップル						
		切干大根イリチー	豚肉 厚揚げ	てんぷら粉	切干大根 人参 には	29日	パイナップル						
11水	パイナップル	小松菜のみそ汁		小松菜 人参 えのき		30月	りんご						
		ゼリー		ゼリー									
12木	バナナ	せんべい		せんべい		1月	パイナップル						
						2月	パイナップル						
13金	パイナップル	ふりかけご飯	鶏肉	白米 ふりかけ	マーマレードジャム	3月	パイナップル						
		鶏肉のマーマレード焼き	鶏肉			4月	パイナップル						
14土	パイナップル	ゴーヤーチャンプルー	ポーク 卵	ゴーヤー 玉ねぎ 人参	ねぎ	5月	パイナップル						
		ゆし豆腐	ゆし豆腐			6月	パイナップル						
15日	パイナップル	レモンズコーン	牛乳	バター 小麦粉 砂糖 BP	レモン	7月	パイナップル						
		牛乳	牛乳			8月	パイナップル						
16月	パイナップル	炊き込みご飯	ツナ缶 ひじき	白米	人参 には	9月	パイナップル						
		ほうれん草の和え物	ちくわ	ほうれん草 人参	ごぼう 大根 人参 ねぎ	10月	パイナップル						
17火	パイナップル	鶏汁	鶏肉			11月	パイナップル						
		動物ビスケット	バナナ 牛乳	ビスケット	バナナ	12月	パイナップル						
18水	パイナップル	雑穀米ご飯	赤魚	白米 雑穀米	大根 ねぎ	1月	パイナップル						
		赤魚のおろし煮	赤魚		人参 には	2月	パイナップル						
19木	パイナップル	クーブイリチー	刻み昆布 豚肉 油揚げ	じゃが芋	玉ねぎ ねぎ	3月	パイナップル						
		じゃが芋のみそ汁				4月	パイナップル						
20金	パイナップル	ホットケーキ	卵 牛乳	ケーキMIX 砂糖		5月	パイナップル						
		牛乳	牛乳			6月	パイナップル						
21土	パイナップル	ご飯	合挽 チーズ	白米	じゃが芋 マヨネーズ	7月	パイナップル						
		ポテトミート焼き	ツナ缶	玉ねぎ セロリ	玉ねぎ セロリ	8月	パイナップル						
22日	パイナップル	ブロッコリーサラダ	豚肉	ブロッコリー 人参	ねぎ	9月	パイナップル						
		卵スープ	卵			10月	パイナップル						
23月	パイナップル	サターアンダギー	卵 牛乳	砂糖 小麦粉 油		11月	パイナップル						
		牛乳	牛乳	ベーキングパウダー		12月	パイナップル						
24火	パイナップル	麦ご飯	豚レバー	白米 押し麦		1月	パイナップル						
		レバーの竜田揚げ	ハム	春雨	胡瓜 コーン	2月	パイナップル						
25水	パイナップル	春雨サラダ	ワカメ		玉ねぎ しめじ ねぎ	3月	パイナップル						
		ワカメスープ				4月	パイナップル						
26木	パイナップル	スイートポテト	牛乳	さつま芋 いちごジャム		5月	パイナップル						
		牛乳	牛乳	砂糖 バター		6月	パイナップル						
27金	パイナップル	雑穀米ご飯	白身魚	白米 雑穀米	トマト	7月	パイナップル						
		魚の香味がま焼き	豚肉	じゃが芋 しらたき	玉ねぎ 人参 グリンピース	8月	パイナップル						
28土	パイナップル	肉じゃが	もずく	長ねぎ		9月	パイナップル						
		もずくのみそ汁				10月	パイナップル						
29日	パイナップル	りんごサワーケーキ	ヨーグルト 卵	ケーキMIX 砂糖 バター	りんご	11月	パイナップル						
		牛乳	牛乳			12月	パイナップル						
30月	パイナップル	ご飯	鶏肉	白米	長ネギ	1月	パイナップル						
		ユーリンチー	ツナ缶 木綿豆腐	ほうれん草 人参	ねぎ	2月	パイナップル						
1月	パイナップル	ほうれん草の白和え	ソーメン汁			3月	パイナップル						
		ソーメン汁				4月	パイナップル						
2月	パイナップル	きなこクリームサンド	きなこ 豆乳	食パン 砂糖		5月	パイナップル						
		牛乳	牛乳			6月	パイナップル						
3月	パイナップル	小松菜チャーハン	ウインナー	白米	玉ねぎ コーン 小松菜	7月	パイナップル						
		サラダ	ツナ缶	胡瓜 トマト	ねぎ	8月	パイナップル						
4月	パイナップル	豆腐のみそ汁	木綿豆腐 ワカメ			9月	パイナップル						
						10月	パイナップル						
5月	パイナップル	タンナファクルー	牛乳	タンナファクルー	バナナ	11月	パイナップル						
		バナナ 牛乳				12月	パイナップル						
6月	パイナップル	ご飯	豚肉 厚揚げ	白米	玉ねぎ エノキ ねぎ	1月	パイナップル						
		肉豆腐		じゃが芋		2月	パイナップル						
7月	パイナップル	ポテトフライ	アーサ汁	長ネギ		3月	パイナップル						
		アーサ汁				4月	パイナップル						
8月	パイナップル	マシュマロおこし	きなこ 牛乳	マシュマロ オートミール		5月	パイナップル						
		牛乳		コーンフレーク バター		6月	パイナップル						



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替食で対応いたします。
 ※ 6/23(月)慰霊の日でお休みです。



6月 離乳食 献立表



令和7年

育心保育園

日	曜日	初期(ごつくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)	※
2	月	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ 大根スープ 全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ 大根スープ 軟飯 ササミの野菜煮 キャベツサラダ 大根スープ	オレンジ果汁 オレンジ	ササミ粥 じゃが芋スープ	食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
3	火	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 野菜煮ペースト 大根スープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 野菜つぶし煮 みそ汁 軟飯 魚の野菜煮 野菜チャンプルー煮 みそ汁	バナナ果汁 バナナ	人参パンケーキ	
4	水	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしブロッコリーサラダ オニオンスープ 軟飯 豆腐の野菜煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ	バナナ果汁 バナナ	南瓜おじや 豆腐のすまし汁	
5	木	初期 中期 後期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 豆腐すり流し 小松菜スープ 全粥 魚とトマトのつぶし煮 豆腐のつぶし煮 小松菜のみそ汁 軟飯 魚のトマト煮 豆腐のいり煮 小松菜のみそ汁	りんご果汁 煮りんご	おじや 豆腐のすまし汁	
6	金	初期 中期 後期	つぶし粥 さつま芋ペースト 野菜マッシュ 豆腐のすり流し汁 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 野菜のつぶし煮 豆腐のすまし汁 軟飯 鶏肉の野菜煮 野菜の軟らか煮 豆腐のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	さつま芋 パンケーキ	
7	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し ほうれん草の和え物マッシュ 大根スープ 全粥 魚のつぶし煮 ほうれん草のつぶし和え 大根のすまし汁 軟飯 魚の煮物 ほうれん草の和え物 大根のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	ツナおじや じゃが芋スープ	
9	月	初期 中期 後期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜ペースト じゃが芋スープ 全粥 魚のつぶし煮 南瓜の煮物 みそ汁 軟飯 魚の煮つけ 南瓜の煮物 みそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	おじや 大根スープ	
10	火	初期 中期 後期	つぶし粥 じゃが芋の煮物 ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ 全粥 ササミのつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ 軟飯 ささみの煮物 ブロッコリーサラダ オニオンスープ	りんご果汁 煮りんご	ササミおじや じゃが芋スープ	
11	水	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し サラダマッシュ オニオンスープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしサラダ オニオンスープ 軟飯 豆腐の野菜煮 サラダ オニオンスープ	オレンジ果汁 オレンジ	ササミおじや 豆腐のすまし汁	
12	木	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁 軟飯 白身魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	りんごパンケーキ	
13	金	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草の白和えマッシュ すましスープ 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶし白和え ソーメン汁 軟飯 鶏肉の野菜煮 ほうれん草の白和え ソーメン汁	オレンジ果汁 オレンジ	ツナおじや 豆腐のすまし汁	
14	土	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁 全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしサラダ 豆腐のすまし汁 軟飯 ササミの野菜煮 サラダ 豆腐のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	ササミおじや 小松菜スープ	
16	月	初期 中期 後期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し じゃが芋ペースト オニオンスープ 全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 じゃが芋つぶし煮 オニオンスープ 軟飯 豆腐の野菜煮 じゃが芋の煮物 オニオンスープ	オレンジ果汁 オレンジ	ササミ粥 ほうれん草スープ	
17	火	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し 大根煮ペースト じゃが芋スープ 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 大根のつぶし煮 じゃが芋のみそ汁 軟飯 白身魚の野菜煮 大根の煮物 じゃが芋のみそ汁	りんご果汁 煮りんご	鶏おじや 大根スープ	
18	水	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ すましスープ 全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 南瓜の煮物 煮込みつぼう汁 軟飯 鶏肉の野菜煮 南瓜の煮物 煮込みうどん汁	オレンジ果汁 オレンジ	鶏粥 豆腐のすまし汁	
19	木	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 豆腐のすり流し汁 全粥 魚と野菜のつぶし煮 さつま芋つぶし煮 豆腐のすまし汁 軟飯 魚の野菜煮 さつま芋の煮物 豆腐のすまし汁	バナナ果汁 バナナ	バナナ パンケーキ	
20	金	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ 大根スープ 全粥 魚のつぶしミルク煮 つぶし和え物 大根のみそ汁 軟飯 魚のミルク煮 和え物 大根のみそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	さつま芋おじや キャベツスープ	
21	土	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ オニオンスープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 つぶしポテトサラダ すまし汁 軟飯 魚の野菜煮 ポテトサラダ すまし汁	バナナ果汁 バナナ	ツナおじや じゃが芋スープ	
24	火	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 大根スープ 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 大根のみそ汁 軟飯 白身魚の野菜煮 さつま芋の煮物 大根のみそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	大根おじや さつま芋のみそ汁	
25	水	初期 中期 後期	つぶし粥 シチューマッシュ トマトペースト オニオンスープ 全粥 つぶしシチュー つぶし野菜サラダ すまし汁 軟飯 シチュー 野菜サラダ すまし汁	バナナ果汁 バナナ	じゃが芋おやき	
26	木	初期 中期 後期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜サラダマッシュ 白菜スープ 全粥 鶏肉のつぶし煮 南瓜サラダ みそ汁 軟飯 鶏肉の煮物 南瓜サラダ みそ汁	バナナ果汁 バナナ	鶏おじや 南瓜スープ	
27	金	初期 中期 後期	つぶし粥 魚とトマトのすり流し 豆腐のすり流し 大根スープ 全粥 魚とトマトのつぶし煮 豆腐のつぶし煮 みそ汁 軟飯 魚のトマト煮 豆腐のいり煮 みそ汁	オレンジ果汁 オレンジ	おじや 豆腐のすまし汁	
28	土	初期 中期 後期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ 全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 ポテトサラダマッシュ 鶏汁 軟飯 白身魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁	バナナ果汁 バナナ	鶏粥 野菜スープ	
30	月	初期 中期 後期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し キャベツペースト すましスープ 全粥 魚と野菜のつぶし煮 ビーンズつぶしサラダ ゆし豆腐 軟飯 魚の煮物 ビーンズサラダ ゆし豆腐	りんご果汁 煮りんご	さつま芋おじや キャベツスープ	



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。

