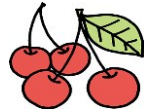




献立表



6月の献立のテーマは「よくかんで食べよう」です

今月の旬の食材は・・・アスパラガス・たまねぎ・きゅうり・なす・トマト・じゃがいも・さやいんげん・ブルーベリーなど

日	曜	献立表	午後のおやつ
2	月	魚のフライ・切干大根の酢のもの・にんじんの甘煮・バナナ	もちもちパン
3	火	トマトとなすのスパゲッティ・ベイクドかぼちゃ・柑橘類	キャロットケーキ
4	水	鶏肉の照焼き・塩もみきゅうり・スパゲティのカレーソテー・パインアップル	レタスチャーハン
5	木	アスパラガスとキャベツの味噌炒め・チーズポテト・柑橘類	乳酸菌入りヨーグルト
6	金	ハッシュ・ド・ビーフ・大根ときょうりの和風サラダ・バナナ	メロンパン
7	土	和風ハンバーグ・野菜ソテー・にんじんの甘煮・柑橘類	市販お菓子
9	月	魚の甘酢漬・スティックきゅうり・じゃがいものきんぴら・パイナップル※ご飯はいりません	ゼリー
10	火	焼きそば・かえりの佃煮・柑橘類	ミカンマフィン
11	水	鶏肉の塩焼き・もやしとピーマンのカレーソテー・にんじんの煮付・バナナ	かぼちゃのクッキー
12	木	焼魚・酢のもの・かぼちゃのそぼろ煮・柑橘類	カレーピラフ
13	金	肉味噌丼・キャベツの浸し・キウイフルーツ	ベイクドポテト
14	土	卵とじ・スティックきゅうり・バナナ	お菓子
16	月	エビチリソース風・ナムル・粉ふきいも・バナナ	ピザトースト
17	火	レバーチップ・酢の物・粉ふきいも・柑橘類	ジャムパイ
18	水	ポークビーンズ・小松菜の浸し・キウイフルーツ	ココアゼリー
19	木	魚の味噌焼き・短冊サラダ・じゃがいもの煮付・バナナ	黒ごまきな粉クッキー
20	金	お楽しみ献立 若鶏のねぎソースかけ・中華風サラダ・トマト・柑橘類 ※ご飯はいりません	ミルクくずもち
21	土	炒め豆腐・塩もみキュウリ・バナナ	市販お菓子
23	月	魚のコーンソースかけ・さやいんげんのソテー・にんじんの甘煮・パインアップル	ブルーベリーチーズケーキ
24	火	オムレツ・茹キャベツ・糸切り昆布の煮付・バナナ	リンゴゼリー
25	水	大豆のいそ煮・キャベツの即席漬・柑橘類	トーステッドチーズスティック
26	木	お好み焼・茹グリーンアスパラ・バナナ	マカロニのあべかわ風
27	金	チキンカツ・茹キャベツ・ひじきの煮付・柑橘類	誕生会
28	土	炒めビーフン・スティックきゅうり・バナナ	市販お菓子
30	月	魚の照り焼き・ごま酢あえ・かぼちゃの甘煮・バナナ	じゃこ菜めし



離乳献立表



日	曜	献立表
2	月	白身魚の煮つけ・茹野菜・バナナ
3	火	煮込みスパ・茹かぼちゃ・柑橘類
4	水	チキンスープ・茹きゅうり・果物
5	木	アスパラガスとキャベツの柔らか煮・茹ポテト・柑橘類
6	金	ミートスープ・大根ときゅうりの和風サラダ・バナナ
7	土	チキンスープ・茹野菜・柑橘類
9	月	白身魚のスープ・茹きゅうり・果物
10	火	煮込みそば・かえりのふりかけ・柑橘類
11	水	チキンスープ・茹野菜・バナナ
12	木	煮魚・茹きゅうり・柑橘類
13	金	そばろスープ・茹キャベツ・キウイフルーツ
14	土	チキンスープ・茹きゅうり・バナナ
16	月	白身魚と野菜の煮つけ・茹ポテト・バナナ
17	火	レバーと野菜の柔らか煮・茹野菜・柑橘類
18	水	ミートスープ・茹小松菜し・キウイフルーツ
19	木	煮魚・茹野菜・バナナ
20	金	チキンスープ・茹ポテト・柑橘類
21	土	ミートスープ・茹きゅうり・バナナ
23	月	白身魚の煮つけ・茹野菜煮・果物
24	火	そばろスープ・茹キャベツ・バナナ
25	水	ミートスープ・茹キャベツ・柑橘類
26	木	ミートスープ・茹グリーンアスパラ・バナナ
27	金	チキンスープ・茹キャベツ・柑橘類
28	土	煮込みビーフン・茹きゅうり・バナナ
30	月	煮魚・茹かぼちゃ・バナナ

