

離乳食献立

2025年6月

あゆみ保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
02月	(牛乳) 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	5倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	7倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	
3火	(牛乳) 豚みそうどん 小松菜のお浸し バナナ (野菜粥)	豚みそうどん 小松菜のお浸し バナナ (野菜粥)	鶏みそうどん 小松菜のお浸し バナナ (野菜粥)	
4水	(牛乳) 軟飯 野菜のそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (きな粉トースト)	5倍粥 野菜のそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (きな粉粥)	7倍粥 野菜のそぼろ煮 にんじんサラダ みそ汁 (きな粉粥)	
5木	(牛乳) 軟飯 大根のそぼろあんかけ きゅうりサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	5倍粥 大根のそぼろあんかけ きゅうりサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	7倍粥 大根のそぼろあんかけ きゅうりサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	
6金	(牛乳) 軟飯 豆腐ハンバーグ キャベツの煮込みスープ (ジャガイモの味噌煮)	5倍粥 豆腐ハンバーグ キャベツの煮込みスープ (ジャガイモの味噌煮)	7倍粥 豆腐のそぼろ煮 キャベツの煮込みスープ (ジャガイモの味噌煮)	
7土	(牛乳) 野菜あんかけ丼 みそ汁 蒸かし芋 (雑炊)	野菜あんかけ粥 みそ汁 蒸かし芋 (雑炊)	野菜あんかけ粥 みそ汁 蒸かし芋 (雑炊)	
9月	(牛乳) 軟飯 鮭の甘辛煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	5倍粥 鮭の甘辛煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	7倍粥 鮭の甘辛煮 かぼちゃサラダ みそ汁 (煮込みうどん)	
10火	(牛乳) 食パンスティック ポトフ風煮込み キャベツサラダ スープ (野菜雑炊)	5倍粥 ポトフ風煮込み キャベツサラダ スープ (野菜雑炊)	7倍粥 ポトフ風煮込み キャベツサラダ スープ (野菜雑炊)	
11水	(牛乳) 軟飯 ささみの旨煮 にんじんサラダ みそ汁 (シュガートースト)	5倍粥 ささみの旨煮 にんじんサラダ みそ汁 (かぼちゃ粥)	7倍粥 ささみの旨煮 にんじんサラダ みそ汁 (かぼちゃ粥)	
12木	(牛乳) 軟飯 茄子とひき肉の味噌煮 きゅうりのサラダ すまし汁 (パンケーキ)	5倍粥 茄子とひき肉の味噌煮 きゅうりのサラダ すまし汁 (きな粉粥)	7倍粥 茄子とひき肉の味噌煮 きゅうりのサラダ すまし汁 (きな粉粥)	
13金	(牛乳) ミート丼 ブロッコリーサラダ スープ (雑炊)	ミート粥 ブロッコリーサラダ スープ (雑炊)	ミート粥 ブロッコリーサラダ スープ (雑炊)	
14土	(牛乳) 野菜そぼろ丼 みそ汁 ヨーグルト (煮込みうどん)	野菜そぼろ粥 みそ汁 ヨーグルト (煮込みうどん)	野菜そぼろ粥 みそ汁 ヨーグルト (煮込みうどん)	
16月	(牛乳) ミートうどん キャベツのサラダ スープ (おかか粥)	ミートうどん, キャベツのサラダ スープ (おかか粥)	チキンうどん キャベツのサラダ スープ (おかか粥)	

離乳食献立 2025年6月 あゆみ保育園

日付	完了期	後期	中期	初期
17火	(牛乳) 軟飯 肉じゃが きゅうりのサラダ みそ汁 (にんじん蒸しパン)	5倍粥 肉じゃが きゅうりのサラダ みそ汁 (にんじん粥)	7倍粥 肉じゃが きゅうりのサラダ みそ汁 (にんじん粥)	
18水	(牛乳) 豚玉丼 にんじんサラダ みそ汁 (パンケーキ)	豚玉粥 にんじんのサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	鶏玉粥 にんじんサラダ みそ汁 (サツマイモ粥)	
19木	(牛乳) 軟飯 ささみと野菜煮込み キャベツサラダ みそ汁 (かぼちゃ粥)	5倍粥 ささみと野菜煮込み キャベツサラダ みそ汁 (かぼちゃ粥)	7倍粥 ささみと野菜煮込み キャベツサラダ みそ汁 (かぼちゃ粥)	
20金	(牛乳) 軟飯 カレイの味噌煮 ポテトサラダ すまし汁 (きな粉トースト)	5倍粥 カレイの味噌煮 ポテトサラダ すまし汁 (雑炊)	7倍粥 カレイの味噌煮 ポテトサラダ すまし汁 (雑炊)	
21土	(牛乳) そぼろあんかけ丼 スープ かぼちゃの甘煮 (雑炊)	そぼろあんかけ粥 スープ かぼちゃの甘煮 (雑炊)	そぼろあんかけ粥 スープ かぼちゃの甘煮 (雑炊)	
23月	(牛乳) マーボー豆腐丼 ほうれんそうのお浸し スープ (煮込みうどん)	マーボー豆腐粥 ほうれんそうのお浸し スープ (煮込みうどん)	マーボー豆腐粥 ほうれんそうのお浸し スープ (煮込みうどん)	
24火	(牛乳) 食パンスティック そぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ (味噌雑炊)	5倍粥 そぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ (味噌雑炊)	7倍粥 そぼろ煮 きゅうりのサラダ スープ (味噌雑炊)	
25水	(牛乳) 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 ツナサラダ みそ汁 (にんじんパンケーキ)	5倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 ツナサラダ みそ汁 (にんじん粥)	7倍粥 かぼちゃのそぼろ煮 ツナサラダ みそ汁 (にんじん粥)	
26木	(牛乳) 軟飯 野菜とそぼろの煮込み にんじんサラダ すまし汁 (蒸しパン)	5倍粥 野菜とそぼろの煮込み にんじんサラダ すまし汁 (雑炊)	7倍粥 野菜とそぼろの煮込み にんじんサラダ すまし汁 (雑炊)	
27金	(牛乳) ミート丼 キャベツサラダ ヨーグルト (シュガートースト)	ミート粥 キャベツサラダ ヨーグルト (煮込みうどん)	ミート粥 キャベツサラダ ヨーグルト (煮込みうどん)	
28土	(牛乳) 野菜あんかけ丼 みそ汁 サツマイモの甘煮 (煮込みうどん)	野菜あんかけ粥 みそ汁 サツマイモの甘煮 (煮込みうどん)	野菜あんかけ粥 みそ汁 サツマイモの甘煮 (煮込みうどん)	
30月	(牛乳) 軟飯 あんかけ肉団子 にんじんサラダ みそ汁 (マカロニきな粉)	5倍粥 あんかけ肉団子 にんじんサラダ みそ汁 (きな粉粥)	7倍粥 あんかけそぼろ にんじんサラダ みそ汁 (きな粉粥)	

10か月頃になると、食べ物を手づかみで食べようとする赤ちゃんが増えてきます。手づかみ食べは「自分で食べる」ことのスタートですから積極的にさせてください。

茹でた人参やお芋をスティック状に切ったもの、小さ目のおにぎりやおやきなど、手づかみしやすいメニューを用意しましょう。

手づかみ食べをしっかりとさせることで、自分で食べる意欲が育ちます。