

2025年06月		離乳食献立表		長野保育園
日		離乳食12～18	離乳食9～11	
2 日 月	午前	牛乳 サブレ		
	昼食	御飯 筑前煮 鶏もも肉、にんじん、ごぼう、れんこん、板こんにゃく、いんげん、水、ほんだし、しょうゆ、砂糖、みりん、酒 青菜の磯辺和え こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏と野菜の煮物 鶏もも肉、にんじん、水、しょうゆ、砂糖 青菜の磯辺和え こまつな、もやし、にんじん、焼きのり、しょうゆ みそ汁(もやし、ねぎ) もやし、ねぎ、カットわかめ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 まんまるじゃが じゃがいも、食塩、片栗粉、チーズ、油、片栗粉		
3 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	御飯 さばの塩焼き さば、食塩 じゃが芋きんぴら じゃがいも、ごぼう、にんじん、油、しょうゆ、砂糖、ごま 豆腐みそ汁(ほうれん草) 木綿豆腐、ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 さばの塩焼き さば、食塩 じゃが芋とにんじんの煮物 じゃがいも、にんじん、しょうゆ、砂糖 豆腐みそ汁(ほうれん草) 木綿豆腐、ほうれんそう、水	
	午後	牛乳 鶏そぼろおにぎり 米、鶏ひき肉、しょうゆ、砂糖、みりん、酒、あおのり		
4 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 鶏の唐揚げ 鶏もも肉、しょうゆ、酒、しょうが、にんにく、片栗粉、油 コールスローサラダ キャベツ、にんじん、酢、油、食塩 みそ汁(いも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、水、淡色みそ、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ コールスローサラダ キャベツ、にんじん、食塩 みそ汁(いも・ねぎ) じゃがいも、ねぎ、水、淡色みそ	
	午後	牛乳 ホットケーキ ホットケーキ粉、牛乳、メープルシロップ		
5 日 木	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	ハヤシライス 米、豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、じゃがいも、油、ハヤシルウ、バター、ケチャップ、ウスターソース 大根サラダ だいこん、きゅうり、ツナ油漬缶、油、酢、しょうゆ、砂糖 バナナ	軟飯 ポトフ 豚肉(もも)、たまねぎ、にんじん、しょうゆ きゅうりとツナの和え物 きゅうり、ツナ油漬缶、しょうゆ、砂糖 大根スープ だいこん、水、食塩	
	午後	麦茶 牛乳ゼリー 牛乳、砂糖、ゼラチン、水、黒砂糖、水、きな粉 せんべい		
6 日 金	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	食パン ミートスパゲティー 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、油、小麦粉、水、ケチャップ、ウスターソース、食塩、スパゲティー 野菜スティック(きゅうり、みそマヨ) きゅうり、マヨネーズ、米みそ(淡色辛みそ)、砂糖 コーンスープ(玉ねぎ) クリームコーン缶、コーン缶、たまねぎ、バター、水、牛乳、コンソメ、食塩 オレンジ	食パン ミートスパゲティー 豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、小麦粉、水、ケチャップ、食塩、スパゲティー 茹で野菜 きゅうり コーンスープ(玉ねぎ) クリームコーン缶、たまねぎ、水、牛乳、食塩	
	午後	牛乳 コッペパン(ブルーベリー・マーガリン)		
9 日 月	午前	牛乳 サブレ		
	昼食	御飯 鶏肉のごまみそ焼き 鶏もも肉、米みそ(淡色辛みそ)、しょうゆ、みりん、砂糖、ごま ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩 すまし汁(小松菜、わかめ) こまつな、えのきたけ、カットわかめ、水、しょうゆ、食塩、ほんだし オレンジ	軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ ポテトサラダ じゃがいも、にんじん、きゅうり、マヨネーズ、食塩 すまし汁(小松菜、わかめ) こまつな、カットわかめ、水、しょうゆ、食塩	
	午後	牛乳 ゼリーフライ		
10 日 火	午前	ヨーグルト せんべい		
	昼食	御飯 かじきのケチャップ煮 かじき、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、中濃ソース、砂糖、水 もやしの中華風サラダ もやし、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油、ごま わかめスープ カットわかめ、えのきたけ、ねぎ、水、中華だしの素、食塩 バナナ	軟飯 かじきのケチャップ煮 かじき、食塩、片栗粉、油、ケチャップ、砂糖、水 もやしの和え物 もやし、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ わかめスープ カットわかめ、ねぎ、水、食塩	
	午後	牛乳 きなこトースト 食パン、バター、砂糖、きな粉		
11 日 水	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、油、卵、パン粉、牛乳、食塩、こしょう、油、ケチャップ、ウスターソース、砂糖 三色サラダ ブロッコリー、にんじん、コーン缶、酢、油、砂糖、しょうゆ 野菜スープ たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、コンソメ、食塩 オレンジ	軟飯 煮込みハンバーグ 豚ひき肉、たまねぎ、卵、パン粉、牛乳、食塩、ケチャップ、砂糖 ブロッコリーの和え物 ブロッコリー、にんじん、砂糖、しょうゆ 野菜スープ たまねぎ、キャベツ、にんじん、水、食塩	
	午後	牛乳 蒸しパン ホットケーキミックス、豆乳、砂糖		

2025年06月		離乳食献立表		長野保育園	
日		離乳食12～18		離乳食9～11	
12日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	御飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ、みりん もやしのおひたし もやし、にんじん、食塩、しょうゆ みそ汁(ほうれん草・油揚げ) ほうれんそう、油揚げ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ		軟飯 じゃが芋と鶏肉の煮物 鶏もも肉、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、砂糖、しょうゆ もやしのおひたし もやし、にんじん、食塩、しょうゆ みそ汁(ほうれん草) ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	麦茶 アジサイゼリー ぶどう濃縮果汁、砂糖、アガー、水 せんべい			
13日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	五目ラーメン 土中華めん、オヤツメ、もやし、にんじん、コーン缶、ごま油、豚ひき肉、マツタケのり、4はち、中華スープ、しょうゆ、食塩 揚げシュウマイ しゅうまい、小麦粉、油 オレンジ		ツナと野菜のおじや 米、キャベツ、もやし、にんじん、ツナ水煮缶、しょうゆ にんじんスープ にんじん、水、食塩	
	午後	牛乳 野菜かりんとう			
16日 月	午前	牛乳 サブレ			
	昼食	御飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 小松菜のごま和え こまつな、にんじん、すりごま、しょうゆ、砂糖 みそ汁(かぶ・たまねぎ) かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ		軟飯 鮭の塩焼き さけ、食塩 小松菜の和え物 こまつな、にんじん、しょうゆ、砂糖 みそ汁(かぶ・たまねぎ) かぶ、かぶ・葉、たまねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 マカロニきな粉あえ マカロニ、きな粉、砂糖			
17日 火	午前	ヨーグルト せんべい			
	昼食	きつねうどん ゆでうどん、油揚げ、しょうゆ、砂糖、カットわかめ、にんじん、なると、ねぎ、水、ほんだし、しょうゆ、本みりん ちくわ磯辺揚げ ちくわ、あおのり、小麦粉、水、油 酢の物 カットわかめ、きゅうり、もやし、酢、砂糖、しょうゆ バナナ		うどんのやわらか煮 ゆでうどん、カットわかめ、にんじん、ねぎ、水、しょうゆ 和え物 カットわかめ、きゅうり、もやし、砂糖、しょうゆ	
	午後	牛乳 わかめおにぎり 米、炊き込みわかめ			
18日 水	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	御飯 豚肉のしょうが焼き 豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ、しょうが、酒、油 小松菜のソテー こまつな、キャベツ、コーン缶、しょうゆ、食塩、コンソメ、油 豆腐みそ汁(なす) 木綿豆腐、なす、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ		軟飯 豚のとろとろ煮 豚肉(もも)、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、片栗粉 小松菜の和え物 こまつな、キャベツ、しょうゆ 豆腐みそ汁(なす) 木綿豆腐、なす、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 お菓子			
19日 木	午前	牛乳 せんべい			
	昼食	御飯 ポークカレー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、油、牛乳、カレールウ パンサンスー はるさめ、トマト、きゅうり、酢、砂糖、しょうゆ、すりごま、ごま油 バナナ		軟飯 シチュー 豚肉(もも)、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、牛乳、小麦粉、食塩 トマトの和え物 トマト、きゅうり、しょうゆ	
	午後	牛乳 コッペパン(あんこ・マーガリン)			
20日 金	午前	牛乳 ビスケット			
	昼食	親子丼(凍り豆腐入り) 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ、みりん、焼きのり、ほんだし キャベツのおかか和え キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、かつお節 みそ汁(大根・なめこ) だいこん、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし キウイフルーツゴールド		親子丼(軟飯) 米、鶏もも肉、凍り豆腐、たまねぎ、にんじん、卵、水、しょうゆ、焼きのり キャベツの和え物 キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ みそ汁(大根・なめこ) だいこん、なめこ、ねぎ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 ビスケット			
23日 月	午前	牛乳 サブレ			
	昼食	御飯 鶏肉の照り焼き 鶏もも肉、しょうが、しょうゆ、みりん、酒 ひじきの煮付け ひじき、にんじん、油揚げ、油、ほんだし、砂糖、しょうゆ、みりん みそ汁(キャベツ・えのき) キャベツ、えのきたけ、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし オレンジ		軟飯 鶏肉のやわらか煮 鶏もも肉、しょうゆ ひじきの煮付け ひじき、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(キャベツ) キャベツ、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 チーズ蒸しパン ホットケーキミックス、牛乳、砂糖、チーズ			
24日 火	午前	ヨーグルト せんべい			
	昼食	キッズピビンパ 米、豚ひき肉、鶏ひき肉、油、ねぎ、しょうが、にんにく、しょうゆ、酒、食塩、砂糖、もやし、にんじん、水、食塩、ごま油、ほうれんそう、しょうゆ、ごま油、ごま 粉ふき芋 じゃがいも、食塩、バセリ粉 はるさめスープ はるさめ、チンゲンサイ、コーン缶、水、中華だしの素、食塩 バナナ		野菜おじや 米、鶏ひき肉、ねぎ、もやし、にんじん、ほうれんそう、しょうゆ、砂糖 粉ふき芋 じゃがいも、食塩 チンゲン菜のスープ チンゲンサイ、水、食塩	
	午後	牛乳 お好み焼き 小麦粉、卵、キャベツ、ねぎ、豚ひき肉、ながいも、あおのり、かつお節、油、おたふくお好みソース			

2025年06月		離乳食献立表		長野保育園
日		離乳食12～18	離乳食9～11	
25日	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	五目焼きそば 豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、おたふく焼きそばソース、食塩、白こしょう、あおのり、焼きそばめん きゅうりの昆布あえ きゅうり、塩こんぶ 中華スープ 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、中華だしの素、食塩 オレンジ	五目焼きそば 豚肉(もも)、キャベツ、にんじん、もやし、ピーマン、油、しょうゆ、焼きそばめん 茹で野菜 きゅうり 豆腐スープ 木綿豆腐、ねぎ、カットわかめ、水、食塩	
	午後	牛乳 焼きもちしおにぎり 米、コーン缶、油、しょうゆ、食塩		
26日	午前	牛乳 せんべい		
	昼食	御飯 白身魚の天ぷら かおしい、食塩、こしょう、小麦粉、水、油 ほうれん草のあえ物 ほうれんそう、もやし、にんじん、コーン缶、しょうゆ、砂糖 キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、水、コンソメ、食塩 バナナ	軟飯 かれいの煮つけ かおしい、しょうゆ ほうれん草のあえ物 ほうれんそう、もやし、にんじん、しょうゆ、砂糖 キャベツのスープ キャベツ、たまねぎ、水、食塩	
	午後	ジョア あられせんべい		
27日	午前	牛乳 ビスケット		
	昼食	御飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、しょうが、砂糖、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、ごま油、片栗粉、中華風サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、ごま、酢、砂糖、しょうゆ、ごま油 卵スープ(ねぎ) 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉、ほんだし オレンジ	軟飯 マーボー豆腐 木綿豆腐、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、砂糖、米みそ(赤色辛みそ)、しょうゆ、片栗粉 茹で野菜サラダ キャベツ、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ 卵スープ(ねぎ) 卵、ねぎ、水、しょうゆ、食塩、片栗粉	
	午後	牛乳 コーンフレーク(ココア) コーンフレーク、ココア(ピュアココア)		
30日	午前	牛乳 サブレ		
	昼食	御飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しらたき、油、しょうゆ、砂糖、みりん、食塩 切干大根の酢の物 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・ほうれん草) たまねぎ、ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)、ほんだし バナナ	軟飯 肉じゃが 豚肉(もも)、じゃがいも、にんじん、たまねぎ、しょうゆ、砂糖、食塩 切干大根の和え物 切り干しだいこん、きゅうり、にんじん、砂糖、しょうゆ みそ汁(たまねぎ・ほうれん草) たまねぎ、ほうれんそう、水、米みそ(淡色辛みそ)	
	午後	牛乳 ラスク 食パン、マーガリン・ソフトタイプ、砂糖		

※献立は、材料等の入荷の都合により変更する場合があります。

☆今月のひとこと☆ ～毎年6月は「食育月間」、毎月19日は「食育の日」～

毎年6月は、国や地方公共団体、関係団体などが協力して、食育推進運動を重点的かつ効果的に実施し、食育の一層の浸透を図ることを目的とし「食育月間」としています。また、毎月19日は、自分や家族の食生活を見直す、「食育の日」とされています。この機会に、皆さんも食育に取り組んでみませんか。

家庭でできる食育



朝食を食べる習慣をつける

家族みんな
で食卓を囲む

一緒に食事の支度をする

ゆっくりよくかんで食べる

さまざまな味を経験させる

