



2025年 6月 離乳食献立表 (後期食)



練馬和光保育園

日付	献立	3時おやつ	材 料 名			
			熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	調味料
月 2 16	五倍粥 オニオンスープ 鶏肉の甘味噌煮	煮込みうどん ほうれん草とツナの出汁煮 バナナ	○干しうどん、米、○片栗粉、片栗粉、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、○淡色みそ、淡色みそ	○にんじん、にんじん、たまねぎ、○ほうれん草、○たまねぎ、○バナナ、○ねぎ、ねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
火 3 17	五倍粥 キャベツスープ じゃが芋と鶏そぼろあんかけ	にゅうめん ツナと野菜のとう煮 バナナ	○干しそうめん、米、じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	○にんじん、にんじん、○キャベツ、キャベツ、○バナナ、○たまねぎ	しょうゆ、○しょうゆ
水 4 18	洋風トマトうどん かぶと人参のとう煮 ヨーグルト	五倍粥 じゃが芋の味噌汁 キャベツとツナの旨煮	干しうどん、○米、○じゃがいも、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○キャベツ、かぶ、キャベツ、こんぶ(だし用)	ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ
木 5 月 30	五倍粥 大根の味噌汁 鶏じゃが	野菜そうめん 豆腐と大根の煮物 バナナ	米、○干しそうめん、じゃがいも、○片栗粉、砂糖、○砂糖	○絹ごし豆腐、鶏ひき肉、淡色みそ、いわし(煮干し)	○だいこん、○にんじん、たまねぎ、だいこん、○バナナ、にんじん、○たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
金 6 生命の日	五倍粥 人参と白菜のとう煮 ヨーグルト	味噌うどん ツナと野菜の出汁煮 オレンジ	○干しうどん、米、○片栗粉、片栗粉、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶、○淡色みそ	○にんじん、はくさい、にんじん、たまねぎ、○かぶ、○はくさい、○たまねぎ、○オレンジ	○しょうゆ、しょうゆ
土 7 21	にゅうめん ブロックリーとツナのとう煮 ヨーグルト	五倍粥 ツナとかぶの旨煮 バナナ	干しそうめん、○米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶、ツナ水煮缶、淡色みそ	にんじん、ブロックリー、○たまねぎ、○かぶ、○バナナ、たまねぎ、こんぶ(だし用)	しょうゆ、○しょうゆ
月 9 23	五倍粥 玉ねぎの味噌汁 鶏肉とかぶの煮物	野菜うどん 玉ねぎとかぶのとう煮 ヨーグルト	○干しうどん、米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ヨーグルト、鶏ひき肉、淡色みそ、いわし(煮干し)	○にんじん、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、○こまつな、こまつな、○かぶ、かぶ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
火 10 24	五倍粥 ねぎと人参のスープ 人参と鶏そぼろあんかけ	ねぎそうめん ツナと玉ねぎの旨煮 バナナ	米、○干しそうめん、○片栗粉、片栗粉、砂糖、○砂糖	鶏ひき肉、○ツナ水煮缶	○にんじん、にんじん、たまねぎ、○ねぎ、ねぎ、○たまねぎ、○バナナ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
水 11 25	キャベツうどん 野菜の煮物 ヨーグルト	五倍粥 人参と玉ねぎスープ ツナとキャベツのとう煮	干しうどん、○米、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	ヨーグルト、○ツナ水煮缶	にんじん、○にんじん、キャベツ、○たまねぎ、たまねぎ、○キャベツ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
木 12 26	煮うどん キャベツと玉ねぎの旨煮 ヨーグルト	野菜とツナのにゅうめん ねぎと人参の出汁煮 バナナ	○干しそうめん、干しうどん、○片栗粉、片栗粉	ヨーグルト、○ツナ水煮缶	○にんじん、にんじん、○ねぎ、ねぎ、○たまねぎ、たまねぎ、○バナナ、○キャベツ、キャベツ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
金 13 27	五倍粥 ねぎのすまし汁 鮭の煮つけ	洋風トマトうどん さつま芋とツナのあんかけ バナナ	○干しうどん、米、○さつま芋、○片栗粉、片栗粉、○砂糖、砂糖	○ツナ水煮缶、さけ、花かつお	にんじん、○にんじん、ねぎ、○たまねぎ、○バナナ、たまねぎ、こんぶ(だし用)	○ケチャップ、しょうゆ、○しょうゆ
土 14 28	五倍粥 野菜スープ 白菜とツナのだし煮	そうめんのとう煮 ヨーグルト バナナ	米、○干しそうめん、片栗粉	○ヨーグルト、ツナ水煮缶	はくさい、○バナナ、○にんじん、にんじん、○たまねぎ、たまねぎ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ
木 19 B.D	五倍粥 キャベツと人参のスープ 鮭と野菜のとう煮	ツナとキャベツのそうめん 人参と玉ねぎの旨煮 オレンジ	○干しそうめん、米、○片栗粉、片栗粉、砂糖	○ツナ水煮缶、さけ	○にんじん、たまねぎ、キャベツ、にんじん、○たまねぎ、○キャベツ、○オレンジ、こんぶ(だし用)	○しょうゆ、しょうゆ

※和光保育園ではサイクル献立(練馬区公立園も同様)を用いて園児に対し、食事の提供を行っています
 ※食事のあとには育児用ミルクが午前・午後食後に個別に応じて出ます
 ※保育園ではこんぶ・野菜・煮干し・かつお などメニューや使用できる月齢によって出汁を変えています
 ※納品トラブルや事故防止のために予告なく献立が変更になることがあります
 ※食べずすみが悪い食材、アレルギーの疑いがありそうな食材など困っていることがあれば栄養士にご相談ください

園長印	栄養士印

