

令和8年

6月

つばさこども園 予定献立表



月		火		水		木		金		土		
朝おやつ	1	煮干し (0.1歳せんべい)	2	バナナ	3	せんべい	4	バナナ	5	ヨーグルト	6	
献立		カレーライス 彩りサラダ わかめｽｰﾌﾟ パイン缶		ごはん 豚のしょうが炒め さつま芋の甘煮 切干大根のみそ汁 みかん缶		もちきびご飯 チキンのマーマレード焼き パパイヤイリチー イナムドゥチ バナナ1/3		鶏そぼろ丼 きゅうりのおかか和え ゆし豆腐 オレンジ		ごはん きびなごと白身魚のマリネ(1.2歳児白身魚) ほうれん草ソテー コーンスープ 歯の衛生週間ゼリー		中華丼 じゃがいものみそ汁 みかん缶
おやつ		牛乳, 麩の黒糖ラスク		牛乳, ロングブレッド		麦茶, ワカメおにぎり		牛乳, 大学芋 (0.1歳大学芋)		牛乳, ココアワッフル, (1.2歳ココア蒸しパン)		牛乳, せんべい
朝おやつ	8	煮干し (0.1歳せんべい)	9	バナナ	10	せんべい	11	バナナ	12	ヨーグルト	13	
献立		タコライス かみかみキャベツメンチ アーサ汁 パイン缶		もちきびご飯 鶏の筑前煮 さつまいものみそ汁 オレンジ		三枚肉沖縄そば きんぴらごぼう バナナ1/3		ごはん チキンのうめ焼き クーブイリチー じゃがいものみそ汁 黄桃缶		ごはん さばの照り焼き(1.2歳児白身魚に変更) からし菜炒め もずくのすまし汁 みかん缶		なす味噌丼 ワカメのすまし汁 果物
おやつ		牛乳, ひとくち桃まん きな粉芋(1.2歳)		牛乳, 米粉のﾌﾞﾙｰﾍﾞﾘｰｽﾃｯｷｯｸﾙﾄ		麦茶, 鮭おにぎり 煮干し(3,4,5歳)		牛乳, しらすピザトースト		牛乳, もちもちポールドーナツ		牛乳, せんべい
朝おやつ	15	煮干し (0.1歳せんべい)	16	バナナ	17	せんべい	18	バナナ	19	ヨーグルト	20	
献立		豚丼 春雨サラダ ゆし豆腐の味噌汁 オレンジ		ハヤシライス ブロッコリーのおかか和え コーンスープ りんご		もちきびご飯 チキンてり焼き ひじきの旨煮 だいこんのみそ汁 バナナ1/3		ひき肉のチャプチェ風丼 ポテトサラダ 白菜スープ パイン缶		【お弁当会】 		野菜そぼろ丼 大根のみそ汁 果物
おやつ		牛乳, ポテトの海苔塩揚げ		牛乳, ミニバウムクーヘン		麦茶, ジューシーおにぎり		牛乳, ジャムサンド		牛乳, 黒糖くずもち きな粉芋(1.2歳児)		牛乳, せんべい
朝おやつ	22	煮干し (0.1歳せんべい)	23		24	せんべい	25	バナナ	26	ヨーグルト	27	
献立		ごはん マーボー豆腐 千切り大根の和え物 わかめｽｰﾌﾟ みかん缶		慰霊の日(休園)		スパゲッティナポリタン ゴボウサラダ アーサ汁 パイン缶		もちきびご飯 鮭のｶｰﾏﾂ焼き 菜の花ソテー じゃが芋のみそ汁 オレンジ		ごはん とんかつ ブロッコリーサラダ 豆乳みそ汁 あじさいゼリー		ボークカレーライス コーンスープ 果物
おやつ		麦茶, フルーツゼリー せんべい				麦茶, みそおにぎり		牛乳, シスコーン		牛乳, 誕生日ケーキ		牛乳, せんべい
朝おやつ	29	煮干し (0.1歳せんべい)	30	バナナ	6月4日は虫歯予防デー 6月4日～10日は歯と口の健康週間です。歯と口の健康週間は6(む)4(し)にちなみ、6月4日を虫歯予防デーとしたのがはじまりです。 6月の献立にはよく噛むようにゴボウ、たけのこ、れんこん、きびなご、大根などをメニュー取り入れています。 							
献立		もずく丼 チーズオムレツ ほうれん草のみそ汁 バナナ1/3		もちきびご飯 肉じゃが煮 納豆和え とうがんのみそ汁 みかん缶								
おやつ		牛乳, スイートポテト		牛乳, シュガーラスク								



※ 食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

日本ユニテック栄養士 島袋綾子

6月

離乳食献立表

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期 (7, 8か月)		後期 (9, 10, 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度 (つぶつぶ) 主な食材	献立	バナナ位 (荒みじん) 主な食材
1日 (月) 午前	全がゆ だし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 ささみの野菜煮	米 (軟飯) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
2日 (火) 午前	全がゆ /だし汁 白身魚のほぐし煮 芋のつぶし煮	米 (全がゆ) /かつおだし 白身魚, 人参, キャベツ, かつおだし, 片栗粉 さつまいも	軟飯～全がゆ/だし汁 白身魚のほぐし煮 芋のふかし煮	米 (軟飯) /かつおだし 白身魚, 人参, 白菜, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 さつまいも
午後	保育用ミルク つぶしバナナ/せんべい	保育ミルク バナナ/赤ちゃんせんべい	保育用ミルク バナナ/せんべい	保育ミルク バナナ/赤ちゃんせんべい
3日 (水) 午前	全がゆ /だし汁 豆腐の野菜煮 野菜のつぶし煮	米 (全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, かぼちゃ ブロッコリー	軟飯～全がゆ/だし汁 豆腐の野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, キャベツ, かぼちゃ ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), 人参, ほうれん草	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), 人参, ほうれん草
4日 (木) 午前	全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) ゆし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) ゆし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
5日 (金) 午前	全がゆ /だし汁 ほぐし魚の野菜あんかけ 野菜のつぶし煮	米 (全がゆ) /かつおだし 白身魚, 人参, ほうれん草, かつおだし, 片栗粉 かぼちゃ	軟飯～全がゆ/だし汁 ほぐし魚の野菜あんかけ 野菜煮	米 (軟飯) /かつおだし 白身魚, 人参, ほうれん草, かつおだし, 片栗粉 かぼちゃ
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), ブロッコリー
6日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (全がゆ), 人参, かぼちゃ, 白菜 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (全がゆ), 人参, かぼちゃ, 白菜 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
8日 (月) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) 絹ごし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, キャベツ, ブロッコリー, 片栗粉	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) 絹ごし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, キャベツ, ブロッコリー, 片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
9日 (火) 午前	全がゆ /だし汁 白身魚のほぐし煮 さつま芋のつぶし煮	米 (全がゆ) /かつおだし 白身魚, 人参, 大根, かつおだし, 片栗粉 さつまいも	軟飯～全がゆ/だし汁 白身魚のほぐし煮 さつま芋煮	米 (軟飯) /かつおだし 白身魚, 人参, 大根, かつおだし, 片栗粉 さつまいも
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), 大根, ほうれん草	保育用ミルク 野菜おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), 大根, ほうれん草
10日 (水) 午前	全がゆ /だし汁 豆腐と野菜の煮込み	米 (全がゆ) /かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, ほうれん草	軟飯～全がゆ/だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米 (軟飯) /かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, ほうれん草 人参
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), かぼちゃ
11日 (木) 午前	全がゆ /だし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) /かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ/だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) /かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 じゃが芋
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), ブロッコリー	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (軟飯), ブロッコリー
12日 (金) 午前	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮	米 (全がゆ) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
13日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (全がゆ), 人参, 玉葱, 大根, ほうれん草 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (軟飯), 人参, 玉葱, 大根, ほうれん草 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
15日 (月) 午前	全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) ゆし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, ほうれん草, キャベツ, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ ゆし豆腐 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) ゆし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 人参, ほうれん草, キャベツ, かつおだし, 片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), かぼちゃ

6月

離乳食献立表

離乳食には、かつおだしを使用しています(一部表記省略)

	中期 (7, 8か月)		後期 (9, 10, 11か月)	
	舌でつぶせる固さ		歯ぐきでつぶせる固さ	
	献立	絹ごし豆腐程度 (つぶつぶ) 主な食材	献立	バナナ位 (荒みじん) 主な食材
16日 (火) 午前	全がゆ だし汁 魚のほぐし煮	米 (全がゆ) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
17日 (水) 午前	全がゆ だし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 大根, ほうれん草, 葉, かつおだし, 片栗粉 大根
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), ブロッコリー
18日 (木) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮	米 (全がゆ) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし 白身魚, 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), 人参, 白菜	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), 人参, 白菜
19日 (金)	【お弁当会】			
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
20日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (全がゆ), 人参, 玉葱, 大根, 小松菜 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (軟飯), 人参, 玉葱, 大根, 小松菜 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
22日 (月) 午前	全がゆ / だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米 (全がゆ) / かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, かつおだし 大根	軟飯～全がゆ / だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米 (軟飯) / かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, かつおだし 大根
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), かぼちゃ
23日 (火) 午前	慰霊の日 (休園)			
24日 (水) 午前	全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) 絹ごし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ 豆腐のすまし汁 ささみ団子の野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) 絹ごし豆腐, かつおだし ささ身ミンチ, 絹ごし豆腐, 人参, 玉葱, ブロッコリー, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), ブロッコリー	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), ブロッコリー
25日 (木) 午前	全がゆ / だし汁 魚のほぐし煮	米 (全がゆ) / かつおだし 白身魚, 人参, キャベツ, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ / だし汁 魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) / かつおだし 白身魚, 人参, キャベツ, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
26日 (金) 午前	全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 野菜つぶし煮	米 (全がゆ) かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, キャベツ, じゃが芋, かつおだし ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 豆腐と野菜の煮込み 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし 絹ごし豆腐, 人参, キャベツ, じゃが芋, かつおだし ブロッコリー
午後	保育用ミルク 南瓜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), かぼちゃ	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), かぼちゃ
27日 (土) 午前	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (全がゆ), 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし	野菜がゆ 豆腐のだし煮 だし汁	米 (軟飯), 人参, 玉葱, じゃが芋, かつおだし 絹ごし豆腐, かつおだし かつおだし
午後	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい	保育用ミルク 離乳食用菓子	保育ミルク 赤ちゃんせんべい
29日 (月) 午前	全がゆ だし汁 ささみの野菜煮	米 (全がゆ) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ほうれん草, かつおだし, 片栗粉	軟飯～全がゆ だし汁 ささみの野菜煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし ささ身ミンチ, 人参, 玉葱, ほうれん草, かつおだし, 片栗粉 人参
午後	保育用ミルク 芋がゆ (さつまいも)	保育ミルク 米 (全がゆ), さつまいも	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), さつまいも
30日 (火) 午前	全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 野菜つぶし煮	米 (全がゆ) かつおだし 白身魚, 人参, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 ブロッコリー	軟飯～全がゆ だし汁 白身魚のほぐし煮 手づかみ野菜	米 (軟飯) かつおだし 白身魚, 人参, じゃが芋, かつおだし, 片栗粉 ブロッコリー
午後	保育用ミルク 野菜おじや	保育ミルク 米 (全がゆ), 人参, 小松菜, 葉先	保育用ミルク 軟飯おにぎり	保育ミルク 米 (軟飯), 白菜, 人参