



6月 幼児食献立表



西原白百合保育園
栄養士 照屋恵美

令和8年 ※午前おやつ(1~2歳児) 午後おやつ(1~5歳児)

日	曜日	期おやつ	果物		おもな食材(食品)			日	曜日	期おやつ	果物		おもな食材(食品)		
			緑	黄	赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体を温めるもの)				赤(血や肉になるもの)	黄(熱や力になるもの)	緑(体を温めるもの)		
1	月	ラッッカー	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
2	火	黒棒	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
3	水	ビスケット	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
4	木	はちや棒	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	バナナ	オレンジ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
5	金	鉄分ウエハース	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
6	土	お菓子	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
8	月	ビスコ	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
9	火	セサミビスケット	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
10	水	かりんとう	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
11	木	とんがりコーン	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
12	金	さんべいハンマニア	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
13	土	お菓子	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
15	月	小電せんべい	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	
			りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	りんご	バナナ	ごはん	鶏肉	白米	じゃが芋	

※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 6/23(火) 懸霊の日でお休みです。





6月 離乳食 献立表



令和8年

西原白百合保育園

日	曜日	初期(ごっくん期)5~6ヶ月 中期(もぐもぐ期)7~9ヶ月 後期(かみかみ期)10ヶ月~12ヶ月	ヨーグルト状(ペースト) 豆腐の固さ(マッシュ) バナナの固さ(柔らかく刻む)	果物	おやつ (3回食から)	※
1	月	初期	つぶし粥 野菜ペースト キャベツサラダマッシュ 大根スープ	オレンジ果汁	ササミ粥	食物アレルギーの有無を確認するために、家庭で食べた事がない食材は、園では提供致しません。子どもの安全を守るため食材チェックは必ず行ってください。
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしキャベツサラダ 大根スープ	オレンジ	じゃが芋スープ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 キャベツサラダ 大根スープ			
2	火	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 野菜煮ペースト 大根スープ	バナナ果汁	人参パンケーキ	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 野菜つぶし煮 みそ汁	バナナ		
		後期	軟飯 魚の野菜煮 野菜チャンプルー煮 みそ汁			
3	水	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	南瓜おじや	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 つぶしブロッコリーサラダ オニオンスープ	バナナ	豆腐のすまし汁	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ			
4	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト ほうれん草の白和えマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	ツナおじや	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ほうれん草のつぶし白和え オニオンスープ	バナナ	豆腐のすまし汁	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ほうれん草の白和え オニオンスープ			
5	金	初期	つぶし粥 野菜ペースト 野菜マッシュ 豆腐のすり流し汁	りんご果汁	さつま芋	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 野菜のつぶし煮 豆腐のすまし汁	煮りんご	パンケーキ	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 野菜の軟らか煮 豆腐のすまし汁			
6	土	初期	つぶし粥 魚のすり流し 南瓜マッシュ 大根スープ	バナナ果汁	ツナおじや	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 南瓜のつぶし和え 大根のすまし汁	バナナ	南瓜スープ	
		後期	軟飯 魚の煮物 南瓜煮物 大根のすまし汁			
8	月	初期	つぶし粥 野菜のすり流し 南瓜ペースト 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	ササミ粥	
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 南瓜つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	オレンジ	野菜スープ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 南瓜サラダ 豆腐のすまし汁			
9	火	初期	つぶし粥 魚のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ じゃが芋スープ	バナナ果汁	ササミおじや	
		中期	全粥 魚のつぶし煮 ブロッコリーサラダ みそ汁	バナナ	大根スープ	
		後期	軟飯 魚の煮つけ ブロッコリーサラダ みそ汁			
10	水	初期	つぶし粥 シチューすり流し トマトペースト オニオンスープ	バナナ果汁	トマトおじや	
		中期	全粥 つぶしシチュー つぶし野菜サラダ すまし汁	バナナ	じゃが芋スープ	
		後期	軟飯 シチュー 野菜サラダ すまし汁			
11	木	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 豆腐のすり流し汁	オレンジ果汁	南瓜パンケーキ	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 豆腐のすまし汁	オレンジ		
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 豆腐のすまし汁			
12	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐すり流し すましスープ	りんご果汁	さつま芋おじや	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 ソーメン汁	煮りんご	豆腐のすまし汁	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 ソーメン汁			
13	土	初期	つぶし粥 野菜ペースト サラダマッシュ 豆腐のすり流し汁	バナナ果汁	ササミおじや	
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 つぶしサラダ 豆腐のすまし汁	バナナ	小松菜スープ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 サラダ 豆腐のすまし汁			
15	月	初期	つぶし粥 豆腐と野菜のすり流し じゃが芋ペースト 白菜スープ	オレンジ果汁	ササミ粥	
		中期	全粥 豆腐と野菜のつぶし煮 じゃが芋つぶし煮 白菜スープ	オレンジ	ほうれん草スープ	
		後期	軟飯 豆腐の野菜煮 じゃが芋の煮物 白菜スープ			
16	火	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し じゃが芋煮マッシュ 大根スープ	バナナ果汁	ササミおじや	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 じゃが芋のつぶし煮 大根のみそ汁	バナナ	じゃが芋スープ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 じゃが芋の煮物 大根のみそ汁			
17	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト 豆腐のすり流し すましスープ	オレンジ果汁	ツナおじや	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 煮込みつぶしうどん汁	オレンジ	豆腐のすまし汁	
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 豆腐の煮物 煮込みうどん汁			
18	木	初期	つぶし粥 野菜ペースト 南瓜マッシュ キャベツスープ	オレンジ果汁	ツナおじや	
		中期	全粥 鶏肉のつぶし煮 南瓜つぶし煮 みそ汁	オレンジ	キャベツスープ	
		後期	軟飯 鶏肉の煮物 南瓜煮物 みそ汁			
19	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 和え物マッシュ 大根スープ	オレンジ果汁	さつま芋おじや	
		中期	全粥 魚のつぶしミルク煮 つぶし和え物 大根のみそ汁	オレンジ	キャベツスープ	
		後期	軟飯 魚のミルク煮 和え物 大根のみそ汁			
20	土	職員研修 お弁当日				
22	月	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し さつま芋ペースト 大根スープ	オレンジ果汁	大根おじや	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 さつま芋のつぶし煮 大根のみそ汁	オレンジ	さつま芋のみそ汁	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 さつま芋の煮物 大根のみそ汁			
24	水	初期	つぶし粥 野菜ペースト ポテトサラダマッシュ キャベツスープ	バナナ果汁	さつま芋おやき	
		中期	全粥 鶏肉と野菜のつぶし煮 ポテトつぶしサラダ キャベツスープ	バナナ		
		後期	軟飯 鶏肉の野菜煮 ポテトサラダ キャベツスープ			
25	木	お弁当会 & お誕生会				
26	金	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し 豆腐のすり流し 大根スープ	りんご果汁	おじや	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 豆腐のつぶし煮 すまし汁	煮りんご	豆腐のすまし汁	
		後期	軟飯 魚の野菜煮 豆腐のいり煮 すまし汁			
27	土	初期	つぶし粥 白身魚と野菜のすり流し ポテトサラダマッシュ 野菜スープ	バナナ果汁	鶏粥	
		中期	全粥 白身魚と野菜のつぶし煮 ポテトサラダマッシュ 鶏汁	バナナ	野菜スープ	
		後期	軟飯 白身魚の野菜煮 ポテトサラダ 鶏汁			
29	月	初期	つぶし粥 魚と野菜のすり流し キャベツペースト すましスープ	オレンジ果汁	さつま芋おじや	
		中期	全粥 魚と野菜のつぶし煮 ビーンズつぶしサラダ ゆし豆腐	オレンジ	キャベツスープ	
		後期	軟飯 魚の煮物 ビーンズサラダ ゆし豆腐			
30	火	初期	つぶし粥 野菜のすり流し ブロッコリーサラダマッシュ オニオンスープ	バナナ果汁	ササミおじや	
		中期	全粥 ササミと野菜のつぶし煮 ブロッコリーつぶしサラダ オニオンスープ	バナナ	じゃが芋スープ	
		後期	軟飯 ササミの野菜煮 ブロッコリーサラダ オニオンスープ			



※ 食材の都合により献立を変更することがあります。
 ※ アレルギー食のメニューは除去または代替え食で対応いたします。
 ※ 6/23(火)懸盞の日でお休みです。

