

2021年度 6月 離乳食献立表

法光院こども園

《後期前半》けいとくん

月	火	水	木	金	土
14・28	1・15・29	2・16・30	3・17	4・18	5・19
<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・すまし汁 ・ササミほぐし煮 ・さつま芋煮 ・ブロッコリー煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・たらほぐし煮 ・人参スティック ・かぼちゃ含め煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁(麩) ・納豆煮 ・人参コトコト ・じゃが芋含め煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・豆腐煮 ・ブロッコリー煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・鮭ほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・かぼちゃ含め煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・野菜入りおじゃ ・果物
3時のおやつ					
7・21	8・22	9・23	10・24	11・25	12・26
<ul style="list-style-type: none"> ・パン ・すまし汁 ・ササミトマト煮 ・ブロッコリー煮 ・ふかし芋 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・たらほぐし煮 ・ほうれん草煮 ・蒸しかぼちゃ ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁(麩) ・豆腐煮 ・キャベツ煮 ・じゃが芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・おかゆ ・すまし汁 ・鮭ほぐし煮 ・人参コトコト煮 ・三度豆の和え物 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・うどん汁 ・納豆煮 ・ほうれん草煮 ・さつま芋煮 ・果物 	<ul style="list-style-type: none"> ・煮込みうどん ・果物
3時のおやつ					

《枝豆について》

枝豆は大豆が未熟なうちに枝ごと切りとった野菜です。ビールのおつまみに枝豆が定番なのは、アルコールの分解を促し、肝機能の働きを助ける作用が枝豆にはあるからです！

さやに産毛がびっしりとついており、豆が丸く膨らんで、濃い緑色のものが、おいしい枝豆の選び方です😊

※保育園行事・材料の都合などにより、献立を変更する場合があります。ご了承ください。