

## 2021年度 6月 離乳食献立表

法光院こども園

《後期後半》

| 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"> <li>・パン</li> <li>・コーンスープ</li> <li>・鶏肉味噌煮</li> <li>・野菜トマト煮</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>・果物</li> </ul>    | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・たらほぐし煮</li> <li>・人参スティック</li> <li>・かぼちゃ含め煮</li> <li>・果物</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・すまし汁(麩)</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・チーズ</li> <li>・胡瓜と人参のサラダ</li> <li>・果物</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・豆腐ソテー</li> <li>・ブロッコリー煮</li> <li>・さつま芋煮</li> <li>・果物</li> </ul>  | <ul style="list-style-type: none"> <li>・牛肉うどん</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・冬瓜のあんかけ</li> <li>・ほうれん草かつお和え</li> <li>・果物</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・野菜入りおじゃ</li> <li>・果物</li> </ul> |
| 3時のおやつ  |  |   |  |  |   |
| おにぎり  | お菓子  | りんご   | パンスティック  | バナナ  | お菓子   |
| 7・21  | 8・22   | 9・23  | 10・24  | 11・25  | 12・26   |
| <ul style="list-style-type: none"> <li>・パン</li> <li>・パンクンスープ</li> <li>・ササミトマト煮</li> <li>・ブロッコリー和え物</li> <li>・ふかし芋</li> <li>・果物</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・鶏肉うどん</li> <li>・たらほぐし煮</li> <li>・小松菜煮びたし</li> <li>・蒸しかぼちゃ</li> <li>・果物</li> </ul>              | <ul style="list-style-type: none"> <li>・そぼろ丼</li> <li>・すまし汁(麩)</li> <li>・豆腐煮</li> <li>・キャベツのゆかり和え</li> <li>・チーズ</li> <li>・果物</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・ごはん</li> <li>・味噌汁</li> <li>・鮭ほぐし煮</li> <li>・あらめの煮物</li> <li>・三度豆の和え物</li> <li>・果物</li> </ul> | <ul style="list-style-type: none"> <li>・豚肉うどん</li> <li>・肉じゃが</li> <li>・ほうれん草和え物</li> <li>・果物</li> </ul>                      | <ul style="list-style-type: none"> <li>・煮込みうどん</li> <li>・果物</li> </ul>  |
| 3時のおやつ  |  |   |  |  |   |
| ヨーグルト   | コンソメラスク  | 黒糖蒸しパン  | お菓子  | フルーツ寒天   | お菓子   |

《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。