



離乳食献立表

2026年 6月 こぐま保育園 給食室

		前期食		中期食		後期前半食	
		AM10:00 (ミルク 16 Occ)	AM10:30 (ミルク 16 Occ)	PM 2:30 (ミルク 160cc)	AM10:30 (ミルク 100cc)	PM 2:30 (ミルク 100cc)	
1 15 29	月	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 大根と人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 かぶの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 大根と人参の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 かぶの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	
2 16 30	火	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 人参の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 粉ふき芋 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 人参の煮物 かぶ(葉先)の煮浸し	
3 17	水	おかゆ 味噌汁(具なし) 鯖のトロトロ煮 さつまいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 鯖の煮物 冬瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 松前蒸し 茄子の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鯖の煮物 冬瓜の煮物 キャベツの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 茄子の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	
4 18	木	おかゆ 味噌汁(具なし) スズキのトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) スズキの煮物 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) スズキの煮物 じゃがいもの煮物 小松菜の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 冬瓜の煮物 キャベツの煮浸し	
5 19	金	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し かぶの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐のひき肉あん 人参の煮物 ほうれん草の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し かぶの煮物 かぶ(葉先)の煮浸し	
6 20	土	おかゆ 味噌汁(具なし) 鯖のトロトロ煮 さつまいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 鯖の煮物 さつまいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鯖の煮物 さつまいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物 キャベツの煮浸し	
8 22	月	おかゆ 味噌汁(具なし) スズキのトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) スズキの煮物 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 松前蒸し 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鯿の煮物 南瓜の煮物 大根(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 冬瓜の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	
9 23	火	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のおろし煮 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 人参の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐のおろし煮 じゃがいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいの煮物 人参の煮物 小松菜の煮浸し	
10 24	水	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 さつまいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 さつまいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 松前蒸し じゃがいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 さつまいもの煮物 いんげんの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し じゃがいもの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	
11 25	木	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の野菜煮 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 かぶの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の野菜煮 じゃがいもの煮物 キャベツの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 かぶの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	
12 26	金	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豚肉団子 人参の煮物 アスパラガスの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	
13 27	土	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいの煮物 冬瓜の煮物 かぶ(葉先)の煮浸し	

行事、材料の都合などにより献立変更をする事がありますのでご了承ください。

6月は、梅雨時で給食室でも特に食中毒に神経を注ぐ時期です。

食中毒は、集団発生が大きく取り上げられますが、件数からみると、家庭で起こる食中毒もかなり増えてきています。家庭でも気をつけて、食中毒を予防し、家族の健康を守りましょう。

- ・よく手を洗いましょう。
- ・調理はよく火を通しましょう。
- ・台所・食品・調理器具は清潔に。
- ・残った食品の保存は正しく。