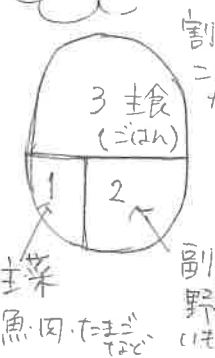


6月のメニュー

2024年

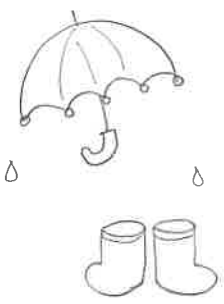
認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食	6月のクッキング" - 梅ジュース作り (虹・月くみ) 完熟した梅にフォークで穴をあけ、氷砂糖と交互にビンの中に入れていきます。 梅のいい香りが部屋中にたどよみます。いつ飲めるかな? おいしくなりますようにと子どもたちは飲む日を待ちにしています。 - 笹まき作り (虹・月くみ) たみごも作り、目の前で笹をまいてもらいます。 おうちでゆでて笹の香りを楽しんでおいしく味わって下さい。					1. 家庭弁当 ご協力ありがとうございます。 ごきげん。 
おやつ						
昼食	3. あじのパン粉焼き ブロッコリーと コーンのサラダ ひとくちかぼちゃ 野菜たっぷりみそ汁 グレープフルーツ	4. 豆腐のそぼろ丼 キャベツのナムル チーズ 玉ねぎとワカメの みそ汁 りんご	5. こいのぼりカレー 鶏肉の マーマレード焼き 蒸し野菜の オーロラあえ オレンジ	6. 肉みそうどん きゅうりと人参の 塩昆布あえ トマト キャベツのスープ バナナ	7. 発芽玄米 さばの生姜煮 こまつなのごまあえ ひとくちさつま 切干大根と あげのみそ汁 オレンジ	8. 家庭弁当 割合は ごはん 3 主食 (ごはん) 1 2 主菜 副菜 魚・肉・たまご 野菜 (ほたて) 
おやつ	レーズン蒸しパン 牛乳	昆布おにぎり お茶	マフィン 牛乳	おふラスク 牛乳	しらすチーズ トースト 牛乳	
昼食	10. ヤンニョムチキン ハンサンスー トマト キャベツと ワカメのみそ汁	11. 鮭の照り焼き オクラの土佐あえ ひとくちかぼちゃ 豆腐とあげのみそ汁 グレープフルーツ	12. 麻婆豆腐 かぼちゃの土佐煮 スティックきゅうり のっぺい汁 バナナ	13. 天然酵母パン 鶏肉のフレッシュ トマト煮 ひじきのマリネ ブロッコリー ワカメスープ パイナップル	14. 麦ごはん あじの香り焼き 高野豆腐の五目煮 スティックきゅうり もやしとあげの みそ汁 オレンジ	15. 家庭弁当 おかずは ・赤、人参、パプリカ さつま、トマト ・黄 コーン、かぼちゃ、たまご ・緑 ブロッコリー、オクラ、スナップ、ピーマン で彩りサイコー ごはんは玄米炊飯はX
おやつ	フルーツヨーグルト お茶	豆乳ピーチケーキ 牛乳	ごまトースト 牛乳	野菜ピラフ お茶	マカロニきなこ 牛乳	
昼食	17. 八宝菜 さつまいもの甘煮 ブロッコリー 玉ねぎとワカメの みそ汁 グレープフルーツ	18. バーベキューチキン キャベツの じゃこサラダ トマト 豆乳みそ汁	19. お楽しみ バイキング 	20. ハヤシライス オクラとツナの あえ物 ベイクドポテト オレンジ	21. 雑穀ごはん さばのさっぱり焼き キャベツの磯あえ ブロッコリー 豚汁 バナナ	22. 家庭弁当 メインは 肉か魚か!? 焼くか揚げるか? 揚げ物 フライ グリル てりやき からあげ みそやき あかかけ? もちろんチンでもOK
おやつ	黒糖かりんとう 牛乳	バナナケーキ 牛乳	お誕生日 スペシャル	チーズボール お茶	かぼちゃのガレット 牛乳	
昼食	24. 冷しゃぶ かぼちゃの黒ごま煮 トマト かみなり汁	25. あじの利休焼き 刻み昆布の煮物 スティックきゅうり キャベツと ワカメのみそ汁 パイナップル	26. 照り焼きハンバーグ キャベツの ドレッシングあえ トマト きのこのみそ汁 グレープフルーツ	27. 鶏レバーの甘辛煮 ポテトサラダ ブロッコリー じゃこじゃこ汁 オレンジ	28. 麦ごはん 豚みそ丼 切干大根の ごま酢あえ かぼちゃのみそ汁 バナナ	29. ピラフや丼、スパゲティ、イタ飯 家庭弁当 もうあてはは お弁当のフロ!! 1ヶ月間 ありがとうございます。 
おやつ	フルーツゼリー お茶	豆乳クロック ムッシュ 牛乳	ピザパンケーキ 牛乳	焼きそば 牛乳	ひじきの炊込み ごはん お茶	

6月の離乳食メニュー（6/1～6/15）

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	食事の前後には手洗いの習慣をつけましょう!! 食事の前には手を清潔にするとともに 「これからごはんを食べるよ」という意味で手洗いもします。 食べ終わったら「ごちそうさま」として食べ物で汚れた手を洗いましょう。 食事の前後の手洗いは習慣にすることが大切です。 保育園でも食事、おやつの前に泡石けんでの手洗いに取り組んでいます。					1. 家庭弁当 
	昼食						
	おやつ						
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	3.	4.	5.	6.	7.	8. 家庭弁当 
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 かぼちゃ 白身魚 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ 豆腐 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 じゃがいも ささ身、 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 トマト しらす だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ さつまいも 豆腐 だし（昆布）	
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	食パン ミルク	
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	3.	4.	5.	6.	7.	
	昼食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 かぼちゃ 白身魚 ブロッコリーのサラダ 野菜たっぷりみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ 豆腐 豆腐のそぼろ丼 キャベツのナムル 玉ねぎとワカメのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 じゃがいも ささ身 鶏のマーマレード焼き 蒸し野菜のオーロラあえ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 トマト しらす きゅうりの塩昆布あえ キャベツスープ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 さつまいも 豆腐 こまつなのごまあえ 切干大根のみそ汁	
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	トースト ミルク	
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	10.	11.	12.	13.	14.	15. 家庭弁当 
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり ささ身 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 かぼちゃ しらす だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、キャベツ、 大根、かぼちゃ 豆腐 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ささ身 だし（昆布）	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり 白身魚 だし（昆布）	
	おやつ	バナナヨーグルト ミルク	ホットケーキ ミルク	食パン ミルク	おかゆ ミルク	マカロニみたらし ミルク	
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	10.	11.	12.	13.	14.	
	昼食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり ささ身 パンサンスー キャベツのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 かぼちゃ オクラの土佐あえ 豆腐とあげのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、キャベツ、 大根、かぼちゃ 豆腐 麻婆豆腐 かぼちゃの煮物 のっぺい汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー、 ささ身 鶏肉のフレッシュトマト煮 ひじきとツナのマリネ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり 白身魚 高野豆腐の五目煮 もやしのみそ汁	
	おやつ	バナナヨーグルト ミルク	ホットケーキ ミルク	トースト ミルク	おかゆ ミルク	マカロニみたらし ミルク	

6月の離乳食メニュー(6/17~6/29)

2024年

認定こども園 ひろせ保育園

		月	火	水	木	金	土
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	17. フルーツ	18. フルーツ	19. フルーツ	20. フルーツ	21. フルーツ	22. 家庭弁当 
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 さつまいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、 トマト しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、キャベツ、 かぼちゃ、 ブロッコリー 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ じゃがいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、キャベツ、 ブロッコリー 大根 白身魚 だし(昆布)	
	おやつ	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	バナナヨーグルト ミルク	おかゆ ミルク	ふかしかぼちゃ ミルク	
9 ~ 11 ヶ月頃	昼食	17. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 さつまいも ささ身 八宝菜 さつまいもの甘煮 玉ねぎとワカメのみそ汁	18. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、 トマト しらす バーベキューチキン キャベツのジャコサラダ 豆乳みそ汁	19. 全がゆ~軟飯 人参、キャベツ、 かぼちゃ、 ブロッコリー 白身魚 かぼちゃサラダ キャベツのツナあえ 五目汁	20. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ じゃがいも ささ身 ハヤシライス ツナとオクラのあえ物 バークドポテト	21. 全がゆ~軟飯 人参、キャベツ、 ブロッコリー、 大根 白身魚 キャベツの磯あえ 豚汁	
	おやつ	トースト ミルク	蒸しパン ミルク	バナナヨーグルト ミルク	おにぎり ミルク	ふかしかぼちゃ ミルク	
5 ~ 8 ヶ月頃	補食	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ	28. フルーツ	29. 家庭弁当 
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 トマト、 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 キャベツ しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 こまつな ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ きゅうり、 かぼちゃ ささ身 だし(昆布)	
	おやつ	ぶどうゼリー ミルク	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	おかゆ ミルク	
9 ~ 11 ヶ月頃	昼食	24. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ、 トマト 豆腐 冷しゃぶ かぼちゃの黒ごま煮 かみなり汁	25. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 キャベツ 刻み昆布の煮物 キャベツのみそ汁	26. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 こまつな ささ身 照り焼きハンバーグ キャベツのドレッシングあえ きのこのみそ汁	27. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 ブロッコリー しらす ポテトサラダ じゃこじゃこ汁	28. 全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ きゅうり、 かぼちゃ ささ身 豚みそ丼 切干大根のごま酢あえ かぼちゃのみそ汁	
	おやつ	ぶどうゼリー ミルク	トースト ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	おにぎり ミルク	