

6月のメニュー

2026年

※金芽米を使っています。

認定こども園 ひろせ保育園

	月	火	水	木	金	土
昼食	1. ミートローフ キャベツのツナあえ ブロッコリー 豆腐となめこのみそ汁 りんご	2. さばのムニエル トマトソース ブロッコリーの おかかあえ ひとくちかぼちゃ キャベツのスープ	3. チキンナゲット 春雨の酢の物 こまつな 刻み昆布のみそ汁 オレンジ	4. 豚肉の生姜焼き 粉ふきいも スティックきゅうり ワカメスープ バナナ	5. こいのぼりカレー 鶏肉の ケチャップ焼き もやしと人参の 塩昆布あえ りんご	6. 鶏肉の鉄火丼 キャベツのごまあえ チーズ
おやつ	フレークスナック 牛乳	豆乳バナナブレッド 牛乳	お好み焼き 牛乳	チーズボール お茶	こいのぼりケーキ 牛乳	引き渡し訓練
昼食	8. 八幡巻き こまつなのあえ物 ひとくちかぼちゃ 玉ねぎとワカメのみそ汁 バナナ	9. 鮭のコーンマヨ焼き もやしのカレー風味 ブロッコリー 豆腐とあげのみそ汁 オレンジ	10. 鶏肉のみそがらめ ツナとオクラの あえ物 トマト 野菜スープ りんご	11. ミートスパゲティ キャベツのサラダ ブロッコリー 切干大根と ワカメのみそ汁 グレープフルーツ	12. 麦ごはん さんまの梅煮 ポテトサラダ トマト きのこのみそ汁 オレンジ	13. トマト風味の ハヤシライス キャベツの香りあえ 食べるいりこ
おやつ	レーズン蒸しパン 牛乳	豆乳プリン お茶	キャロットケーキ 牛乳	きんぴらおにぎり お茶	しらすチーズ トースト 牛乳	バナナ 牛乳
昼食	15. チンジャオロース ブロッコリーの 塩昆布あえ トマト もやしと ワカメのみそ汁	16. さばの香味焼き チキンサラダ ブロッコリー にゅうめん汁 オレンジ	17. 冷しゃぶ さつまいもの甘煮 こまつな 豆腐とワカメのみそ汁 パイナップル	18. 鶏レバーの甘辛煮 マカロニサラダ ブロッコリー じゃこじゃこ汁 バナナ	19. 雑穀ごはん あじの利休焼き オクラの土佐あえ トマト かぼちゃのみそ汁 りんご	20. ビビンバ丼 ブロッコリーと コーンのサラダ チーズ
おやつ	フルーツヨーグルト お茶	豆乳クロック ムッシュ 牛乳	ドーナツ 牛乳	チーズいももち 牛乳	中華おこわ お茶	バナナ 牛乳
昼食	22. ヤンニョムチキン キャベツの じゃこサラダ ブロッコリー じゃがいものみそ汁 オレンジ	23. 鮭の照り焼き ひじきの煮物 ひとくちかぼちゃ 豆乳みそ汁 パイナップル	24. お楽しみ バイキング 	25. 麻婆豆腐 かぼちゃの土佐煮 スティックきゅうり キャベツと あげのみそ汁 オレンジ	26. 麦ごはん あじの香り焼き 切干大根の 塩昆布あえ こまつな けんちん汁、りんご	27. 三色そばろ丼 キャベツの ゆかりあえ チーズ
おやつ	青のりごまトースト 牛乳	マカロニきなこ 牛乳	お誕生日 スペシャル	焼きおにぎり お茶	ピザパンケーキ 牛乳	バナナ 牛乳
昼食	29. 鶏のみそ焼き きゅうりと ワカメの酢の物 トマト コーンスープ バナナ	30. さばの竜田揚げ キャベツの磯あえ ブロッコリー 野菜たっぷりみそ汁 オレンジ	6月のクッキング ・梅ジュース作り 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 たたまいます。 ・笹まき作り たんごを作って、目の前で笹まき もらいます。あうちでゆいで笹の 香りを楽しんで味わってください。		＜メニュー紹介＞ 6月3日のメニューです。 チキンナゲット 油で揚げないのヘルシーです。 (材料) 4人分 (作り方) ・鶏ひき肉 300g ①すべての材料を 木綿豆腐 1/4丁 均一になるまで混ぜ 片くり粉 大さじ2 合わせる。 ごま油 小さじ1 ②チキンナゲットの形に 塩 小さじ1/2 ととのえ、天板に並べる。 こいくちしょうゆ 小さじ1 ③オーブン200℃で20分 すりおろしにんにく 小さじ1/2 焼く。 (下準備) 木綿豆腐はキッチンペーパーで 包み、水気をよく絞る。 ※フライパンで揚げる 焼きにしたい時は	
おやつ	ポップコーン 牛乳	豆乳ピーチケーキ 牛乳				

6月の離乳食メニュー(6/1～6/13)

2026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	1. フルーツ	2. フルーツ	3. フルーツ	4. フルーツ	5. フルーツ	6. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー 豆腐 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ しらす だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 こまつな ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ たまねぎ、キャベツ、 きゅうり、 じゃがいも しらす だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 キャベツ ささ身 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)
	おやつ	おかゆ ミルク	バナナ蒸しパン ミルク	キャベツがゆ ミルク	食パン ミルク	ホットケーキ ミルク	引き渡し訓練
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	1. フルーツ	2. フルーツ	3 フルーツ	4. フルーツ	5. フルーツ	6. フルーツ
	昼食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー 豆腐 ミートローフ キャベツのツナあえ 豆腐のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 かぼちゃ しらす ブロッコリーの おほかあえ キャベツのスープ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 こまつな ささ身 チキンナゲット 春雨の酢の物 刻み昆布のみそ汁	全がゆ～軟飯 たまねぎ、キャベツ、 きゅうり、 じゃがいも しらす 豚肉の生姜焼き 粉ふきいも ワカメスープ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 キャベツ ささ身 鶏のケチャップ焼き もやしと人参の 塩昆布あえ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 きゅうり しらす 鶏の鉄火丼 キャベツのごまあえ
	おやつ	おにぎり ミルク	バナナ蒸しパン ミルク	キャベツがゆ ミルク	トースト ミルク	ホットケーキ ミルク	引き渡し訓練
5 ～ 8 ヶ月頃	補食	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ
	昼食	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 こまつな、 かぼちゃ ささ身 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 こまつな 豆腐 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ、 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、 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、 じゃがいも、 トマト 白身魚 だし(昆布)	全がゆ～10倍がゆ 人参、たまねぎ、 キャベツ しらす だし(昆布)
	おやつ	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	ホットケーキ ミルク	おかゆ ミルク	食パン ミルク	バナナ ミルク
9 ～ 11 ヶ月頃	補食	8. フルーツ	9. フルーツ	10. フルーツ	11. フルーツ	12. フルーツ	13. フルーツ
	昼食	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 かぼちゃ ささ身 豚肉の八幡巻き こまつなのあえもの たまねぎのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー、 こまつな 豆腐 鮭のコーンマヨ焼き 豆腐のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 じゃがいも ささ身 ツナと オクラのあえもの 野菜スープ	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー しらす キャベツのサラダ 切干大根のみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 じゃがいも、 トマト 白身魚 ポテトサラダ きのこのみそ汁	全がゆ～軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ しらす キャベツの香りあえ
	おやつ	蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	ホットケーキ ミルク	おにぎり ミルク	トースト ミルク	バナナ ミルク

6月の離乳食メニュー(6/15~6/30)

2026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	15. フルーツ	16. フルーツ	17. フルーツ	18. フルーツ	19. フルーツ	20. フルーツ
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、ブロッコリー、 トマト ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 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、 こまつな、 さつまいも 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 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 トマト、 かぼちゃ 白身魚 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、ほうれんそう、 ブロッコリー しらす だし(昆布)
	おやつ	バナナ ミルク	食パン ミルク	蒸しパン ミルク	おかゆ ミルク	ふかしいも ミルク	ミルク
9~11ヶ月頃	補食	15. フルーツ	16. フルーツ	17. フルーツ	18. フルーツ	19. フルーツ	20. フルーツ
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、ブロッコリー、 トマト ささ身 青椒肉絲 ブロッコリーの塩昆布あえ もやしのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 ブロッコリー しらす チキンサラダ にゅうめん汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 こまつな、 さつまいも 豆腐 冷しゃぶ さつまいもの甘煮 豆腐とワカメのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 キャベツ、 ブロッコリー しらす マカロニサラダ じゃこじゃこ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 トマト、 かぼちゃ 白身魚 オクラの土佐あえ かぼちゃのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、ほうれんそう、 ブロッコリー しらす ビビンバ ブロッコリーのサラダ
	おやつ	バナナ ミルク	トースト ミルク	蒸しパン ミルク	おにぎり ミルク	ふかしいも ミルク	バナナ ミルク
5~8ヶ月頃	補食	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ
	昼食	全がゆ~10倍がゆ キャベツ、きゅうり、 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、 かぼちゃ 大根 しらす だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ たまねぎ、キャベツ、 ほうれんそう、 じゃがいも ささ身 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ たまねぎ、きゅうり、 かぼちゃ、 キャベツ 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、大根、 こまつな きゅうり 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ きゅうり、キャベツ、 ほうれんそう しらす だし(昆布)
	おやつ	食パン ミルク	おかゆ ミルク	バナナ ミルク	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク
9~11ヶ月頃	補食	22. フルーツ	23. フルーツ	24. フルーツ	25. フルーツ	26. フルーツ	27. フルーツ
	昼食	全がゆ~軟飯 キャベツ、きゅうり、 ブロッコリー、 じゃがいも ささ身 キャベツのじゃこサラダ じゃがいものみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 かぼちゃ 大根 しらす 鮭の照り焼き ひじきの煮物 豆乳みそ汁	全がゆ~軟飯 たまねぎ、キャベツ、 ほうれんそう、 じゃがいも ささ身 ハンバーグ コールスローサラダ 五目スープ	全がゆ~軟飯 たまねぎ、きゅうり、 かぼちゃ、 キャベツ 豆腐 麻婆豆腐 かぼちゃの土佐煮 キャベツのみそ汁	全がゆ~軟飯 人参、大根、 こまつな きゅうり 豆腐 切干大根の塩昆布あえ けんちん汁	全がゆ~軟飯 きゅうり、キャベツ、 ほうれんそう しらす 三色そぼろ丼 キャベツのゆかりあえ
	おやつ	トースト ミルク	おにぎり ミルク	バナナ ミルク	おにぎり ミルク	蒸しパン ミルク	バナナ ミルク
5~8ヶ月頃	補食	29. フルーツ	30. フルーツ	<p>離乳食の食器の選び方</p> <ul style="list-style-type: none"> スプーン 柄が握りやすく、くぼみが浅いものを選びましょう。 フォーク 溝が深めのもののほうが食べ物を刺しやすく 麺類もからめやすいです。 お皿 縁が直角に立ち上がっているほうが食べ物を 簡単にすくうことができます。 			
	昼食	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 きゅうり、 トマト 豆腐 だし(昆布)	全がゆ~10倍がゆ 人参、たまねぎ、 大根、 キャベツ しらす だし(昆布)				
	おやつ	おかゆ ミルク	蒸しパン ミルク				
9~11ヶ月頃	補食	29. フルーツ	30. フルーツ				
	昼食	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 きゅうり、 トマト 豆腐 鶏肉のみそ焼き きゅうりとワカメの酢の物 きのこの田舎汁	全がゆ~軟飯 人参、たまねぎ、 大根、 キャベツ しらす キャベツの磯あえ 野菜たっぷりみそ汁				
	おやつ	おにぎり ミルク	蒸しパン ミルク				