

2025年6月



予定献立表・離乳食



ハッピーチャイルド保育園

目安月		初期 5・6カ月頃		中期 7・8カ月頃		後期 9～11カ月頃		完了期 12～18カ月頃	
月	2	おやつ おかわ 7:00のすりななし きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ 7:00のすりななし きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
火	3	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
水	4	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
木	5	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
金	6	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
土	7	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
月	9	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
火	10	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
水	11	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
木	12	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
金	13	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
土	14	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
月	16	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク
火	17	おやつ おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク	おかわ お豆腐菜そぼろ煮 きやべつのみずななし スープ ミルク

夏野菜を食べよう

夏野菜は水分が多く、体温を下げる働きがめざましく、汗をかいて失ったミネラルやビタミンを補って、だるさや疲れをとってくれます。生食や簡単な調理法でおいしく食べられますから、なるべく毎日食べましょう。

トマト・赤い色に含まれるリコピンは、老化防止やがん予防に有効。

●キウイフルーツ・緑色に含んだ酵素を取り除く作用や、アスコルビンの代謝促進。

●ナス・ビタミンC、ミネラル、食物繊維がバランスよく含まれ、生食は腸機能に優れる。

●オクラ・粘りのめりはらう作用やコレステロール低下作用があり、体力増進に有効。

食中毒の予防方法

●細菌をにつけない
必ず手洗いを、調理前だけでなく、生肉を触ったあとなどもこまめに！生の肉や魚は、生で食べる野菜などには近づけないようにする。

●生鮮食品や加工済食品は必ず冷蔵庫で保存

●火の当たった場所や常温での保存はNG。清潔な容器やラップを使って冷蔵庫保存。

●加熱・消毒・殺菌
ほとんどの菌が加熱すると死滅するため、必ず加熱して食べる。特に肉や魚は十分に、残った食品も再加熱する。ふきんや調理器具は、熱湯や漂白剤を使用して消毒・殺菌する。

6月

●ヨーグルトは必ず使用のものを使用しております。
●ホットケーキミックス・カレー粉とシチュールは、乳製不使用のものを使用しております。
●味噌汁は昆布だしと味噌、スープ・すまし汁は昆布だしと醤油を使用しています。
●りんごは、離乳食終了までは加熱したものを提供しています。
※※、天候等の都合により食材に変更が生じる場合がございます。ご了承下さい。