



6月離乳食メニュー



日	曜	昼食メニュー	備考
1	日		
2	月	かみなり汁 ささみと野菜のくず煮	
3	火	白身魚とキャベツのくず煮 すまし汁	
4	水	大豆の味噌煮 野菜スープ	
5	木	ささみ入りおじや 野菜スープ	
6	金	鮭と野菜のくず煮 味噌汁	
7	土	うどんの柔らか煮 野菜スープ	
8	日		
9	月	春雨汁 豆腐の煮物	
10	火	白身魚のトマト煮 味噌汁	
11	水	ささみ入りおじや ジャがいもの煮物 もずくスープ	誕生会
12	木	切り干し大根とひじきの煮物 味噌汁	
13	金	鮭と野菜のくず煮 味噌汁	
14	土	野菜おじや わかめスープ	
15	日		
16	月	大豆のトマトスープ パスタの柔らか煮	
17	火	ささみ入りおじや 野菜スープ	
18	水	じゃがいもの煮物 大豆と野菜のスープ	
19	木	大豆の煮物 味噌汁	
20	金	野菜のトマト煮 すまし汁	
21	土		ひばりんピック
22	日		
23	月	肉団子汁 野菜のくず煮	
24	火	白身魚と野菜のりんご煮 味噌汁	
25	水	かしわ（ささみ）の煮物 オクラと人参のスープ	
26	木	切り干し大根の煮物 味噌汁	
27	金	ツナ入りおじや 野菜スープ	
28	土	野菜おじや 味噌汁	
29	日		
30	月	具たくさん味噌汁 おから煮	

成長に合わせた食具・食器を選びましょう

離乳食スプーンを介して初めて離乳食を「ごくん」と飲み込む体験をスタートさせ、様々な味や食感などの違いを経験させる離乳期において、スプーンを選択は重要です。

離乳食用のスプーンには、大きく分けて以下の2種類があります。

フーディングスプーン

親が赤ちゃんに食べさせるためのスプーンです。先端が丸くて柔らかく、赤ちゃんの口を傷つけないように設計されています。また、柄が長いので赤ちゃんを抱っこした状態でも食べさせやすいのが特徴です。

ベビー用スプーン

赤ちゃんが自分で食べるためのスプーンです。先端が小さく、すくいやすいのが特徴です。また、柄が短いので赤ちゃんが持ちやすいのが特徴です。