

曜日	足利両野保育園				
	5・6ヶ月(初期)	7・8か月(中期)	9～11か月(後期)	12～18か月(完了期)	完了期おやつ
	ゴックン期 ドロドロ状	モグモグ期 舌でつぶせる固さ	カミカミ期 歯ぐきでつぶせる固さ	パクパク期 歯ぐきで噛める固さ	10時・3時
月 28	にんじんペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 豆腐のそぼろ煮 人参と胡瓜の和え物 味噌汁・おかゆ	胡瓜スティック 豆腐のそぼろ煮 人参と胡瓜の和え物 味噌汁・おかゆ	バーガーパン ハンバーグ もやしサラダ 春菊とえのきのスープ	果汁 せんべい ほうじ茶 ふかし芋
火 15 29	さつまいもペースト つぶしがゆ	さつまいもスティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの 豆腐の味噌汁	さつまいもスティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの 豆腐の味噌汁	鶏すき丼 即席漬け 豆腐となめこの味噌汁	ゼリー 乾パン ヨーグルト クラッカー
水 16 30	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え スープ・おかゆ	にんじんスティック 肉じゃが ほうれん草の胡麻和え スープ・おかゆ	食パン 鶏肉の香味焼き ポパイサラダ コンソメスープ	ほうじ茶 サブレ スキムミルク 肉まん
木 17 31	大根のペースト つぶしがゆ	大根スティック 煮込みうどん 白菜のツナ和え さつまいもスティック	大根スティック 煮込みうどん 白菜のツナ和え さつまいもスティック	豚汁うどん 白菜のツナ和え 小魚	果汁 あかちゃんせんべい 牛乳 菓子
金 18	にんじんペースト つぶしがゆ	みかん 白身魚とじゃが芋の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁・おかゆ	みかん 白身魚とじゃが芋の煮物 チンゲン菜の和え物 味噌汁・おかゆ	米 豚肉とピーマンの炒め物 大根と胡瓜のさっぱり和え 幼児野菜	スキムミルク 菓子 みかん せんべい
土 5 19	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 納豆そうめん 蒸しキャベツ こふきいも	にんじんスティック 納豆そうめん 蒸しキャベツ こふきいも	ホットドック 蒸し野菜(キャベツ・にんじん) 水菜と椎茸のスープ	牛乳 せんべい 果汁 菓子
月 7 21	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	ブロッコリースティック マカロニのトマト煮 キャベツのおかか和え すまし汁・おかゆ	ブロッコリースティック マカロニのトマト煮 キャベツのおかか和え すまし汁・おかゆ	食パン クリームシチュー わかめとキャベツのサラダ プッチンゼリー	ほうじ茶 ビスケット にゅう麺
火 8 22	かぶのペースト つぶしがゆ	大根スティック ささみと豆腐の煮物 かぶの和え物 ブロッコリースープ・おかゆ	大根スティック ささみと豆腐の煮物 かぶの和え物 ブロッコリースープ・おかゆ	食パン ささみソテー 温野菜サラダ 大根のジンジャースープ	ゼリー 牛乳 菓子
水 9 23	にんじんペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ほうれん草混ぜご飯 スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	にんじんスティック ほうれん草混ぜご飯 スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	中華風混ぜご飯 スティック胡瓜 かみかみ汁	牛乳 ぶどうパン 果汁 チーズマフィン
木 10 24	かぼちゃペースト つぶしがゆ	かぼちゃココロ カジキのみそ煮 小松菜ののり和え 南瓜のポタージュ	かぼちゃココロ カジキのみそ煮 小松菜ののり和え 南瓜のポタージュ	米 さばのみそマヨ焼き 小松菜ののり和え 南瓜の煮物、幼児りんご	麦茶 せんべい ヨーグルト ビスケット
金 11 25	さつまいもマッシュ つぶしがゆ	りんごスティック そぼろ煮 さつまいもきんとん 麩の味噌汁・おかゆ	りんごスティック 松風焼き さつまいもきんとん 麩の味噌汁・おかゆ	米 松風焼き 紅白なます ぶどう豆、麦茶	果汁 クラッカー 牛乳 きんとん
土 12 26	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	じゃが芋スティック きのこうどん キャベツのあえもの	じゃが芋スティック きのこうどん キャベツのあえもの	キャロットパン きのこスパゲティ キャベツとコーンの和え物 牛乳	果汁 ビスケット ゼリー せんべい

*5日(土)は、都合により献立を変更します。26日(土)発表会のため給食はありません。

【おせち離乳食】

今月の離乳食献立には、お正月にちなんでおせち料理をいれました。大人と同じおせちはまだ早いので赤ちゃん用にアレンジしたおせち離乳食を紹介します。

<松風焼き> 本来は挽肉に卵や調味料を入れ混ぜ、型にいれ上面に胡麻や青のりをかけて焼いたものです。

- ・豆腐 20g
- ・青のり 少々
- ・鶏挽肉 10g
- ・だし汁 大1

①材料をよく混ぜる。

②アルミホイルの上に平たく形を作りトースターで焼きます。

<さつまいもきんとん>

- ・りんご 15g
 - ・さつまいも 50g
- ①りんごは皮をむいて薄くスライスし柔らかくなるまで煮る。
②さつまいもは皮をむいてやわらかくゆでてつぶす。
③熱いうちにふたつを混ぜ合わせてラップで茶巾にする。

