

平成 31年 4月 離乳食献立表

足利両野保育園

| 曜日 | 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 | 15 | じゃが芋マッシュ つぶしがゆ | じゃが芋スティック 豆腐と野菜のトマト煮 ブロッコリーポテト スープ・おかゆ | じゃが芋スティック 豆腐と野菜のトマト煮 ブロッコリーポテト スープ・おかゆ | じゃが芋スティック 豆腐と野菜のトマト煮 ブロッコリーポテト スープ・おかゆ | 食パン やさいのオムレツ 干草和え ブロッコリースープ | 果汁 かんぱん ミルク バタークッキー | | | |
| 火 | 16 | さつまいもマッシュ つぶしがゆ | オレンジ 野菜煮 さつまいもの煮物 味噌汁・おかゆ | オレンジ 野菜炒め さつまいもの煮物 味噌汁・おかゆ | オレンジ 野菜炒め さつまいもの煮物 味噌汁・おかゆ | 米 広東風野菜炒め 照り焼きチキン オレンジ・麦茶 | 牛乳 クラッカー ヨーグルト 菓子 | | | |
| 水 | 17 | じゃが芋マッシュ つぶしがゆ | きゅうりスティック 肉じゃが 野菜の和え物 味噌汁・おかゆ | きゅうりスティック 肉じゃが 野菜の和え物 味噌汁・おかゆ | きゅうりスティック 肉じゃが 野菜の和え物 味噌汁・おかゆ | 米 肉じゃが マカロニサラダ プッチンゼリー・幼児牛乳 | ヨーグルト スキムミルク パン | | | |
| 木 | 18 | ほうれん草のペースト つぶしがゆ | にんじんスティック 二色丼 ほうれん草の和え物 味噌汁・おかゆ | にんじんスティック 二色丼 ほうれん草の和え物 味噌汁・おかゆ | にんじんスティック 二色丼 ほうれん草の和え物 味噌汁・おかゆ | 三色丼 かき菜のおかか和え 若竹汁 | 麦茶 あかちゃんせんべい 幼児牛乳 菓子 | | | |
| 金 | 19 | トマトのペースト つぶしがゆ | アスパラスティック 白身魚ほぐし 蒸し野菜 トマトスープ・おかゆ | アスパラスティック 白身魚煮付け 蒸し野菜 トマトスープ・おかゆ | アスパラスティック 白身魚煮付け 蒸し野菜 トマトスープ・おかゆ | バンズパン 白身魚ソテー <small>蒸し野菜(春キャベツ・新人参・アスパラ)</small> 青菜とトマトのスープ | 幼児りんご ビスケット スキムミルク もちもちポテト | | | |
| 土 | 20 | キャベツペースト つぶしがゆ | きゅうりスティック キャベツうどん 小松菜ののり和え こふきいも | きゅうりスティック キャベツうどん 小松菜ののり和え こふきいも | きゅうりスティック キャベツうどん 小松菜ののり和え こふきいも | ちゃんぽんうどん 小松菜ののり和え | 幼児野菜 あかちゃんせんべい 幼児ぶどう 菓子 | | | |
| 月 | 22 | ブロッコリーペースト つぶしがゆ | きゅうりスティック 豆腐ふわふわ煮 ブロッコリーの和え物 スープ・おかゆ | きゅうりスティック 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの和え物 わかめスープ・おかゆ | きゅうりスティック 豆腐ハンバーグ ブロッコリーの和え物 わかめスープ・おかゆ | バンズパン チーズハンバーグ ブロッコリーの和風サラダ わかめと豆腐のスープ | スキムミルク かんぱん グレープフルーツ ビスケット | | | |
| 火 | 23 | ほうれん草ペースト つぶしがゆ | にんじんスティック 五目鶏 ほうれん草のおかか和 味噌汁・おかゆ | にんじんスティック 五目鶏 ほうれん草のおかか和 味噌汁・おかゆ | にんじんスティック 五目鶏 ほうれん草のおかか和 味噌汁・おかゆ | 米 油揚げの肉詰め ほうれん草のツナ和え 味付のり・麦茶 | 牛乳 菓子 ゼリー クラッカー | | | |
| 水 | 24 | にんじんペースト つぶしがゆ | バナナ そぼろごはん レタスの和え物 豆腐スープ・きなこヨーグルト | バナナ そぼろごはん レタスのツナ和え 豆腐スープ・きなこヨーグルト | バナナ そぼろごはん レタスのツナ和え 豆腐スープ・きなこヨーグルト | 黒パン ミートソーススパゲティ レタスとコーンサラダ 幼児野菜 | 幼児りんご せんべい 牛乳 ホットケーキ | | | |
| 木 | 25 | かきなペースト つぶしがゆ | さつまいもスティック まぐろほぐし煮 かき菜の胡麻和え 味噌汁・おかゆ | さつまいもスティック まぐろのてりやき かき菜の胡麻和え 味噌汁・おかゆ | さつまいもスティック まぐろのてりやき かき菜の胡麻和え 味噌汁・おかゆ | たけのご飯 鮪の照り焼き かき菜の胡麻和え ほうじ茶 | ヨーグルト 牛乳 せんべい | | | |
| 金 | 26 | かぼちゃペースト つぶしがゆ | じゃが芋スティック ささみほぐし 南瓜の煮物 豆腐スープ・おかゆ | じゃが芋スティック ささみ煮 南瓜の煮物 豆腐スープ・おかゆ | じゃが芋スティック ささみ煮 南瓜の煮物 豆腐スープ・おかゆ | 食パン コーンフレークチキン 南瓜のフレンチサラダ スナックエンドウ・チンゲン菜スープ | 幼児オレンジ ビスケット 麦茶 白玉団子 | | | |
| 土 | 27 | キャベツペースト つぶしがゆ | きゅうりスティック 納豆ツナまぜごはん キャベツの和え物 | きゅうりスティック 納豆ツナまぜごはん キャベツの和え物 | きゅうりスティック 納豆ツナまぜごはん キャベツの和え物 | 食パン キャベツとコーンの和え物 もやしとねぎのスープ | 幼児ぶどう サブレ 幼児りんご 菓子 | | | |

* 給食会のため、4日と6日の献立を交換させていただきます。

ご入園・ご進級おめでとうございます



離乳食は母乳やミルクなどの液体から栄養を取ってきた赤ちゃんが、大人と同じように食べるための練習の第一歩です。トロトロのペースト状のものをゴックンと飲みこむことから始め、約一年かけて大人と同じようなものを食べられるようにすることが目的です。

お子さんたちがこちよ環境の中で、食べる楽しさを感じていけるよう、ご家庭と連携をとりながらひとりひとりのペースで進めていきたいと思っておりますので、よろしくおねがいいたします。