

曜日	両野こども園				
	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 18	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 鶏肉とカブの煮物 ポパイサラダ ポトフ・おかゆ	じゃが芋スティック 鶏肉とカブの煮物 ポパイサラダ ポトフ・軟飯	食パン 鶏肉の香味焼き ポパイサラダ ポトフ	果汁 母さんビスケット 麦茶 こふきいも
火 5 19	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 肉じゃが 白菜のおかか和え スープ・おかゆ	にんじんスティック 肉じゃが 白菜のおかか和え スープ・軟飯	パンブキンパン スープスパゲティ マセドアンサラダ	果汁 赤ちゃんせんべい ヨーグルト ビスケット
水 6 20	さつま芋りんごマッシュ つぶしがゆ	大根スティック そぼろ煮 さつま芋きんとん 麩の味噌汁・おかゆ	大根スティック 松風焼き さつま芋きんとん 麩の味噌汁・軟飯	米 松風焼き 紅白なます ぶどう豆・ほうじ茶	ヨーグルト スキムミルク きんとん
木 7 21	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 白菜の和え物 こふきいも	大根スティック 煮込みうどん 白菜の胡麻和え こふきいも	豚汁うどん 白菜のツナ和え プルーン 7日 七草がゆ	麦茶 サブレ 牛乳 せんべい
金 8 22	人参のペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの 味噌汁・おかゆ	胡瓜スティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの 味噌汁・軟飯	鶏すき丼 即席漬け 豆腐となめこの味噌汁	果汁 赤ちゃんせんべい ほうじ茶 せんべい
土 9	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 豆腐そうめん ポテト和え	じゃが芋スティック 豆腐そうめん ポテト和え	ハンバーグパン キャベツとコーンの和え物 豆腐とねぎのスープ	牛乳 クラッカー 果汁 ビスケット
月 25	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック マカロニのトマト煮 ほうれん草しらす和え スープ・おかゆ	胡瓜スティック マカロニのトマト煮 ほうれん草しらす和え スープ・軟飯	米 豚肉とピーマンの炒め物 ほうれん草しらす和え 味付のり・ほうじ茶	果汁 小魚せんべい 牛乳 ピザトースト
火 12 26	人参のペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ひじきおかゆ スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	にんじんスティック ひじきごはん スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	ひじきご飯 ココロ胡瓜 かみかみ汁	麦茶 赤ちゃんせんべい 果汁 せんべい
水 13 27	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	カブコロコロ ふわふわハンバーグ ブロッコリーサラダ すまし汁・おかゆ	カブコロコロ ふわふわハンバーグ ブロッコリーサラダ にらスープ・軟飯	バンズパン チーズハンバーグ 温野菜サラダ にら玉スープ	ゼリー スキムミルク がんづき
木 14 28	さつま芋のペースト つぶしがゆ	さつま芋スティック 白身魚とじゃが芋の煮物 小松菜のり和え 味噌汁・おかゆ	さつま芋スティック 白身魚とじゃが芋の煮物 小松菜のり和え 味噌汁・軟飯	米・さばのおろし和え 小松菜のり和え さつま芋と人参の煮物 麦茶	果汁 かんぱん 牛乳 ビスケット
金 15 29	かぶのペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 豆腐のそぼろ煮 かぶの和え物・みかん ブロッコリースープ・おかゆ	じゃが芋スティック 豆腐のそぼろ煮 かぶの和え物・みかん ブロッコリースープ・軟飯	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	牛乳 カルシウムせん みかん せんべい
土 16 30	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック あんかけうどん 小松菜和え物 こふきいも	にんじんスティック あんかけうどん 小松菜のり和え こふきいも	あんかけうどん 小松菜の生姜和え	果汁 せんべい ゼリー 赤ちゃんせんべい

\* 25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
- ・鶏挽肉 10g
- ・青のり 少々
- ・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。

