

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 16 30	バナナペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック ひじきおかゆ バナナきな粉ヨーグルト 高野豆腐の味噌汁	胡瓜スティック ひじきごはん バナナきな粉ヨーグルト 高野豆腐の味噌汁	ひじきごはん スティック胡瓜 かみかみ汁	麦茶 せんべい 牛乳 キャロットケーキ
火 17 31	とまとペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ひき肉とマカロニのトマト煮 青菜の納豆和え スープ・おかゆ	にんじんスティック ひき肉とマカロニのトマト煮 青菜の納豆和え スープ・軟飯	ぶどうばん ミートソーススパゲティ マリネサラダ 果汁	ゼリー 牛乳 せんべい
水 18	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・バナナ	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・バナナ	鶏すき丼 即席漬け 豆腐の味噌汁	果汁 ビスケット 牛乳 バナナ
木 5 19	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	かぶココロ ツナじゃが ブロッコリーおかかあえ 玉ねぎスープ・おかゆ	かぶココロ ツナじゃが ブロッコリーおかかあえ 玉ねぎスープ・軟飯	米 つなじゃが 温野菜サラダ 牛乳	ゼリー 果汁 せんべい
金 6 20	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ポテトバーグ 白和え 青菜スープ・おかゆ	にんじんスティック ポテトバーグ 白和え 青菜スープ・軟飯	ポテトグラタン フルーツサラダ 水菜スープ 7日 七草がゆ	牛乳 ビスケット 麦茶 白玉団子
土 7 21	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 キャベツのあえもの こふきいも	にんじんスティック あんかけうどん キャベツのあえもの こふきいも	スタミナうどん キャベツと大豆の和え物	果汁 せんべい ヨーグルト ビスケット
月 23	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック ふわふわハンバーグ ポテト和え すまし汁・軟飯	胡瓜スティック ふわふわハンバーグ ポテト和え すまし汁・おかゆ	米 厚揚げの味噌煮 切り干し大根漬け すまし汁	果汁 ビスケット ミルク バターロール
火 10 24	さつまいもペースト つぶしがゆ	大根スティック そぼろ煮 さつまいもとん 麩の味噌汁・おかゆ	大根スティック 松風焼き さつまいもとん 麩の味噌汁・軟飯	米 麦茶 松風焼き なます きんとん	ヨーグルト 牛乳 せんべい
水 11 25	キャベツのペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 鶏肉とカブの煮物 キャベツのあえもの ブロッコリースープ・おかゆ	じゃが芋スティック 鶏肉とカブの煮物 キャベツのあえもの ブロッコリースープ・軟飯	食パン クリームシチュー わかめサラダ プッチンゼリー	麦茶 せんべい ほうじ茶 こふきいも
木 12 26	さつまいもペースト つぶしがゆ	さつまいもスティック 白身魚とさつまいもの煮物 のり和え 味噌汁・おかゆ	さつまいもスティック 白身魚とさつまいもの煮物 のり和え 味噌汁・軟飯	米 まぐろのソテー ほうれん草の胡麻和え 大根のスープ	果汁 赤ちゃんせんべい いちごヨーグルト ヨーチ
金 13 27	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 鶏と大根の煮物 ほうれん草しらす和え ブロッコリースープ・おかゆ	胡瓜スティック 鶏と大根の煮物 ほうれん草しらす和え ブロッコリースープ・軟飯	食パン 鶏肉の香味焼き カルシウムサラダ ポトフ	果汁 ウエハース みかん せんべい
土 14 28	さつまいもペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 豆腐そうめん サツマイモサラダ	胡瓜スティック 豆腐そうめん サツマイモサラダ	照り焼きチキンぱん マカロニサラダ チンゲン菜スープ	牛乳 せんべい 果汁 サブレ

\* 献立は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

【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。

