

2023年

4月

離乳食献立表

両野こども園

曜日	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	17	じゃがいもペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック じゃがいものそぼろに ブロッコリーおかかあえ スープ・おかゆ	きゅうりスティック じゃがいものそぼろに ブロッコリーおかかあえ スープ・軟飯	食パン ポークビーンズ マリネサラダ ブロッコリースープ	麦茶 サブレ グレープフルーツ せんべい
火	4 18	にんじんペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 鶏とマカロニの煮物 きゃべつのあえもの 豆腐スープ・おかゆ	にんじんスティック 鶏とマカロニの煮物 きゃべつのあえもの 豆腐スープ・軟飯	米 広東風野菜炒め 照り焼きチキン チーズ・麦茶	果汁 せんべい ゼリー ビスケット
水	5 19	キャベツペースト つぶしがゆ	アスパラスティック ささみのにも きゃべつ・とまと あおなのスープ・おかゆ	アスパラスティック ささみソテー きゃべつ・とまと あおなのスープ・軟飯	バンズパン ささみソテー きゃべつ・とまと あおなのスープ	牛乳 あかちゃんせんべい ほうじ茶 ねぎせんべい
木	6 20	バナナマッシュ つぶしがゆ	にんじんスティック 豆腐と鳥の煮物 かきなのおかか和え 味噌汁・おかゆ・ばなな	にんじんスティック 豆腐と鳥の煮物 かきなのおかか和え 味噌汁・軟飯・バナナ	米 肉団子の煮物 かきなのおかか和え 味付のり 麦茶	果汁 ビスケット 幼児牛乳 かし
金	7 21	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック しらすあんかけごはん ブロッコリーサラダ 味噌汁	きゅうりスティック しらすあんかけごはん ブロッコリーサラダ 味噌汁	三色丼 ブロッコリーの和風サラダ 幼児りんご ブルーベリー	ゼリー スキムミルク バターロール
土	8 22	じゃが芋マッシュ つぶしがゆ	きゅうりスティック キャベツとつなのうどん こぶきいも もやし和え	きゅうりスティック キャベツとつなのうどん もやし和え こぶきいも	ちゃんぽんうどん もやしのサラダ	牛乳 サブレ 幼児りんご せんべい
月	10 24	キャベツペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック 豆腐ひじきふわふわ煮 キャベツのツナ和え とまとスープ・おかゆ	きゅうりスティック 豆腐ひじきふわふわ煮 キャベツのツナ和え トマトスープ・軟飯	食パン マカロニグラタン グリーンサラダ トマトスープ	麦茶 せんべい 牛乳 じゃがバター
火	11 25	さつまいもペースト つぶしがゆ	にんじんスティック あおのりうどん さつま芋サラダ ヨーグルトきなこ	にんじんスティック わかめうどん さつま芋サラダ ヨーグルトきなこ	わかめうどん きんぴらごぼう 千切り野菜の三杯酢	ヨーグルト 果汁 せんべい
水	12 26	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 おかかあえ 味噌汁・きなこおかゆ	きゅうりスティック 肉じゃが おかかあえ 味噌汁・きなこごはん	米 肉じゃが はるさめのあえもの プッチンゼリー 乳酸菌	ほうじ茶 ビスケット コーンフレーク
木	13 27	こまつなペースト つぶしがゆ	にんじんスティック まぐろほぐし煮 こまつなのりあえ みそ汁・なっとうおかゆ	にんじんスティック まぐろのてりやき こまつなのりあえ みそ汁・なっとうごはん	米 さわらのなんぷやき こまつなのりあえ 春きゃべつのみそしる	果汁ぶどう ビスケット ヨーグルト せんべい
金	14 28	とまとペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 高野豆腐ごはん とまとのしらすあえ すまし汁・いちご	にんじんスティック 高野豆腐ごはん とまとのしらすあえ すまし汁・いちご	黒パン ばくがいんりょう スパゲティサラダ ささみソテー	ほうじ茶 やさしいチップス フルーツゼリー せんべい
土	15	キャベツペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック にゅうめん キャベツのツナサラダ	きゅうりスティック にゅうめん キャベツのツナサラダ	バンズパン にくだんご キャベツと胡瓜のツナサラダ もやしとねぎのスープ	果汁オレンジ あかちゃんせんべい ゼリー せんべい

*献立は都合により変更になる場合があります。 *4/1(土)3(月)給食ありません。

*中期食後半から野菜スティックを提供します。

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。どうぞよろしくおねがいいたします。