

2017年 7月～初期～

予定献立表

月	火	水	木	金	土	
5～6か月の離乳食 この時期は、母乳やミルク以外のものを飲み込む練習をします。 離乳食はなめらかにすりつぶした、ポタージュ状です。 今はまだ、栄養はほとんど母乳やミルクからとりますので、食事からとる栄養について悩む必要はありません。離乳食に慣れてきたら次のステップに進みましょう。						1 野菜粥 白身魚のペースト おろしりんご
3 10倍粥 しらすのトマト煮 オクラトじゃがいも煮	4 10倍粥 豆腐のペースト 人参と玉葱煮	5 10倍粥 白身魚のトマト煮 青菜と玉葱のペースト	6 10倍粥 魚とキャベツのペースト マッシュ南瓜	7 10倍粥 豆腐とブロッコリー煮 とろとろポテト	8 やさい粥 白身魚煮 マッシュバナナ	
10 青菜粥 白身魚のすり流し ピーマンと人参のペースト	11 なすのお粥 豆腐とオクラのすり流し カボチャ煮	12 10倍粥 魚の人参おろし煮 玉葱のスープ煮	13 10倍粥 胡瓜の白和え じゃがいもと人参のペースト	14 10倍粥 白身魚のトマト煮 人参のオレンジ煮	15 10倍粥 豆腐ときゅうりのだし煮 マッシュバナナ	
17 海の日	18 10倍粥 豆腐とトマトのすり流し きゅうりのだし煮	19 10倍粥 魚とかぼちゃ煮 冬瓜煮	20 おべんとう	21 10倍粥 豆腐とホウレン草のペースト さつまいもペースト	22 10倍粥 小松菜とシラスのペースト マッシュバナナ	
24 キャベツ粥 豆腐のトマトあんかけ とろとろポテト	25 10倍粥 魚の人参おろし煮 玉葱のだし煮	26 つぶし10倍粥 にんじん豆腐 マッシュバナナ	27 10倍粥 にんじん豆腐 とろとろポテト	28 10倍粥 白身魚煮 かぼちゃとブロッコリー煮	29 10倍粥 豆腐とオクラのペースト 冬瓜と人参煮	
31 10倍粥 きゅうり豆腐 じゃがいも煮						

※児童の月齢、保育園行事、給食材料等の都合で献立を変更することもあります。