

2018年 1月

予定献立表～初期～

月		火		水		木		金		土	
1		2		3		4	全粥 白身魚と大根煮 きゅうりのだし煮	5	鮭粥 ブロッコリーと玉葱のスープ さつま芋ペースト	6	全粥 ほうれん草と豆腐のだし煮 人参煮
8	成人の日	9	全粥 白身魚とトマト煮 きゅうりのとろとろ煮	10	全粥 豆腐とほうれん草のペースト バナナ	11	全粥 魚のペースト じゃがいもとほうれん草のスープ煮	12	トマト粥 かぼちゃと豆腐のペースト キャベツのやわらか煮	13	人参粥 魚と小松菜煮 マッシュバナナ
15	全粥 白身魚ペースト キャベツとじゃがいも煮	16	青菜粥 豆腐の大根のスープ煮 りんご煮	17	全粥 魚のペースト 人参とピーマンのスープ煮	18	おべんとう	19	全粥 魚のペースト ほうれん草と玉葱のスープ煮	20	全粥 小松菜と豆腐のスープ煮 マッシュバナナ
22	トマト粥 ブロッコリーと玉葱のスープ 南瓜と豆腐のペースト	23	全粥 白身魚煮 ピーマンと玉葱煮	24	全粥 豆腐ときゅうりのだし煮 大根煮	25	全粥 キャベツと豆腐のだし煮 玉葱スープ	26	全粥 魚とじゃがいも煮 玉葱のだし煮	27	全粥 人参豆腐 キャベツの野菜スープ煮
29	全粥 豆腐のだし煮 人参煮	30	全粥 白身魚ペースト 人参と大根のスープ煮	31	全粥 豆腐のペースト かぼちゃのスープ煮			<p>5～6か月の離乳食</p> <p>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。</p> <p>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。</p>			

※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。