

2020年 7月

予定献立表 離乳食後期

月	火	水	木	金	土
<p>9~11か月ごろの離乳食</p> <p>この時期は、バナナくらいの柔らかさの食べ物を、上の歯茎と下の歯茎でつぶして食べることを練習します。かたくて小さい食べ物だと、丸呑みする習慣がついてしまいますので、注意が必要です。</p> <p>離乳食の回数が1日2回から3回に移ってきます。必要な栄養の半分以上を離乳食でとることになるので、主食・主菜・副菜を組み合わせるようにしましょう。</p>		<p>1</p> <p>全粥 ササミとキャベツのだし煮 野菜スティック（胡瓜、人参）</p> <p>全粥 魚の照り煮 ポトフ風</p>	<p>2</p> <p>全粥 鮭のほぐし煮 冬瓜とカブの味噌汁</p> <p>全粥 豚肉と人参の炒め煮 卵と玉葱のスープ</p>	<p>3</p> <p>全粥 松風焼 南瓜の味噌汁 バナナ</p> <p>全粥 野菜オムレツ 人参のスープ</p>	<p>4</p> <p>全粥 豚生姜焼き風 とろろ昆布汁</p> <p>全粥 豆腐とツナの野菜煮 さつま芋煮</p>
<p>6</p> <p>そばろ軟飯 わかめスープ ほぐしオレンジ</p> <p>全粥 白身魚のトマトスープ煮 人参スティック</p>	<p>7</p> <p>全粥 ベビーハンバーグ 星のすまし汁 リンゴ</p> <p>全粥 小松菜と人参のオムレツ ワカメの味噌汁</p>	<p>8</p> <p>全粥 白身魚と玉葱煮 人参とかぼちゃの味噌汁 バナナ</p> <p>全粥 ささみ南瓜煮 胡瓜スティック</p>	<p>9</p> <p>全粥 鶏のレモン風味焼 人参とキャベツのスープ</p> <p>全粥 牛肉とキャベツの炒め煮 さつま芋の味噌汁</p>	<p>10</p> <p>なすのミートパゲティ オニオンスープ ほぐしオレンジ</p> <p>全粥 ヒジキ入り卵焼き もやしと人参の味噌汁</p>	<p>11</p> <p>さかなそばろご飯 アーサ汁 バナナ</p> <p>全粥 豚肉と野菜の炒め煮 豆腐の味噌汁</p>
<p>13</p> <p>全粥 肉団子のスープ 胡瓜スティック</p> <p>全粥 豆腐のツナ野菜煮 オレンジ</p>	<p>14</p> <p>全粥 魚の照り煮 オクラスープ リンゴスティック</p> <p>全粥 豚肉とごぼうの炒め煮 そうめん汁</p>	<p>15</p> <p>全粥 鶏肉煮 豆苗の味噌汁</p> <p>全粥 豆腐のソテー 人参と玉葱ノスープ</p>	<p>16</p> <p>おべんとう</p> <p>全粥 白身魚のソテー じゃが芋と人参の味噌汁</p>	<p>17</p> <p>沖縄そば 白和えサラダ 固形ヨーグルト</p> <p>全粥 豆腐のツナ野菜煮 小松菜の味噌汁</p>	<p>18</p> <p>野菜のおじや 豆腐の清し汁 スライスバナナ</p> <p>オクラ粥 鶏肉の豆乳スープ煮 胡瓜スティック</p>
<p>20</p> <p>納豆粥 ちむしんじ</p> <p>全粥 肉じゃが風 ニラと豆腐の味噌汁</p>	<p>21</p> <p>全粥 魚の有馬焼き 野菜と大豆のスープ ほぐしオレンジ</p> <p>全粥 豆腐の野菜煮 麩の味噌汁</p>	<p>22</p> <p>トマトチーズ粥 南瓜と玉葱のスープ バナナ</p> <p>全粥 豆腐チャンプルー ナスのみそ汁</p>	<p>23</p> <p>海の日</p>	<p>24</p> <p>スポーツの日</p>	<p>25</p> <p>鮭じゃごご飯 青菜と玉葱の味噌汁 スライスバナナ</p> <p>全粥 豚肉と小松菜の炒め煮 じゃがいもの味噌汁</p>
<p>27</p> <p>トマトチーズ粥 マッシュポテト 野菜スープ</p> <p>全粥 豆腐チャンプルー わかめのみそ汁</p>	<p>28</p> <p>全粥 魚の味噌焼き 高野豆腐の清し汁 すいか</p> <p>全粥 トマトとシラスのオムレツ モーウィの味噌汁</p>	<p>29</p> <p>全粥 鶏肉のトマト煮 へちまの味噌汁</p> <p>全粥 魚の照り煮 人参と玉葱の味噌汁</p>	<p>30</p> <p>全粥 魚のピカタ 玉葱と大豆のスープ 胡瓜スティック</p> <p>鯖そばろ粥 さつま芋の味噌汁 オレンジ</p>	<p>31</p> <p>全粥 魚のコーンクリーム焼き ブロッコリーとトマトのスープ</p> <p>全粥 豚肉と人参の炒め煮 クリームコーンのスープ</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。