

2020年 11月

予定献立表

離乳食初期

月		火		水		木		金		土	
2	つぶし1.0倍粥 豆腐と胡瓜のとろとろ 玉ねぎくたくた煮	3	文化の日	4	つぶし1.0倍粥 魚のペースト 大根と人参煮	5	つぶし1.0倍粥 豆腐煮 ブロッコリーとじゃがいも煮	6	つぶし1.0倍粥 かぼちゃと魚煮 胡瓜のだし煮	7	つぶし1.0倍粥 魚とキャベツ煮 さつま芋ペースト
9	つぶし1.0倍粥 豆腐のトマト煮 ポテトマッシュ	10	つぶし1.0倍粥 魚と人参のだし煮 キャベツのスープ煮	11	つぶし1.0倍粥 豆腐煮 玉葱と人参のスープ煮	12	つぶし1.0倍粥 南瓜と豆腐のペースト オレンジ	13	つぶし1.0倍粥 魚のだし煮 キャベツとジャガイモ煮	14	つぶし1.0倍粥 胡瓜と豆腐のとろとろ マッシュバナナ
16	つぶし1.0倍粥 豆腐のだし煮 ブロッコリーのくたくた煮	17	つぶし1.0倍粥 魚と人参のだし煮 リンゴのすり流し	18	つぶし1.0倍粥 豆腐とほうれん草煮 大根のすりおろし煮	19	おべんとう	20	つぶし1.0倍粥 シラスのだし煮 玉葱とほうれん草のくたくた煮	21	つぶし1.0倍粥 白身魚と小松菜煮 人参煮
23	勤労感謝の日	24	つぶし1.0倍粥 シラスと胡瓜煮 人参煮	25	つぶし1.0倍粥 豆腐とかぼちゃ煮 ほぐしオレンジ	26	つぶし1.0倍粥 魚のトマト煮 大根煮	27	つぶし1.0倍粥 豆腐煮 白菜とブロッコリー煮	28	グリーンピース粥 魚とジャガイモ煮 マッシュバナナ
30	人参粥 豆腐煮 小松菜のとろとろ							<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noほとんどを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。