

2019年 1月 離乳後期 予定献立表

月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5
				ポロポロジュシー イナムドゥチ ほぐしみかん	全粥 鶏のしゆ風味焼 豆腐ちゃんぶるー
				全粥 白身魚のムニエル 大根サラダ	全粥 とり肉と野菜煮 ナムル風
7	8	9	10	11	12
全粥 豆腐と挽肉のスープ煮 スティック胡瓜	全粥 白身魚煮 野菜とひじきの炒め煮 そうめん汁	トマトリゾット フロッコリーと南瓜のスー 豆腐とわかめの清し汁	全粥 鶏の味噌漬焼き 冬瓜スープ ほぐしバナナ	全粥 鮭のクリーム煮 白菜サラダ	鶏ぞうすい ゆし豆腐 ほぐしオレンジ
全粥 小松菜と鶏挽肉の卵とし わかめスープ	全粥 豆腐と野菜煮 キャベツと麩のとろみ煮	全粥 鶏肉煮 南瓜と玉葱の味噌汁	全粥 ほうれん草の卵とし 白菜とコーンのスープ煮	鮭のお粥 島人参のスープ ほぐしみかん	全粥 豆腐の野菜煮 キャベツサラダ
14	15	16	17	18	19
成人の日	全粥 鯖の味噌煮 はんぺんときのこのすまし汁	全粥 やさいと白身魚煮 きんぴら炒め	おべんとう	沖縄そば 豆腐と野菜煮 固形ヨーグルト	鶏ぞうすい ごま和え(小松菜) 角切りバナナ
	全粥 魚の野菜煮 きゅうりとわかめの和え物	全粥 豆腐のピカタ 玉葱のみそ汁	全粥 野菜の卵とし ワカメの味噌汁	全粥 豚肉の炒め煮 スティック胡瓜	全粥 鶏肉のてり煮 高野豆腐の含め煮
21	22	23	24	25	26
全粥 麻婆豆腐風煮 キャベツサラダ 麩とエノキの清し汁	全粥 魚の照焼 パプリカのきんぴら じゃが芋の味噌汁	全粥 豆腐と鶏肉のお焼き からし菜炒め 豆苗の味噌汁	全粥 鮭と野菜煮 根菜汁	ミートパゲティー ジャーマンポテト コーンスープ	さかなそぼろ粥 肉じゃが 青菜のごま和え
全粥 挽肉入りオムレツ 豆腐のすまし汁	全粥 豚肉のムニエル わかめスープ	鶏ぞうすい もやしのナムル 角切りバナナ	全粥 豆腐のピカタ わかめときゅうりの和え物	鮭のお粥 レバーマッシュ 味噌汁	全粥 豆腐の野菜煮 わかめと玉葱のスープ
28	29	30	31		
トマト粥 わかめスープ 春雨ナムル ほぐしみかん	全粥 白身魚のみそ焼き かき卵汁	全粥 白身魚のピカタ 人参しりしりー 竹輪の清し汁	全粥 豚生姜焼き ニラと人参の味噌汁		
全粥 挽肉と春雨の炒め煮 キャベツのスープ	全粥 大根と鶏の炒め煮 玉葱と人参の味噌汁	全粥 豆腐の野菜煮 麩のすまし汁	全粥 野菜オムレツ ワカメの味噌汁		
	<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>				

※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。