


2020年 3月

離乳食中期

予定献立表

月		火		水		木		金		土	
2	全粥 豆腐のトマト煮 ポテトマッシュ	3	全粥 白身魚と人参煮 ほうれん草のだし煮	4	全粥 豆腐とほうれん草煮 じゃがいもペースト	5	全粥 白身魚のだし煮 そうめんとろとろ	6	全粥 白身魚のクリームかけ トマトスープ	7	全粥 豆腐とキャベツ煮 さつま芋マッシュ
9	全粥 レバーとじゃがいもペースト 人参と玉葱のスープ	10	全粥 豆腐とじゃがいも煮 麩のとろとろ煮	11	全粥 さかなのおろし煮 キャベツスープ	12	全粥 魚のほぐし煮 人参のくたくた煮	13	全粥 ブロッコリーとさかな煮 トマトスープ	14	全粥 豆腐と人参おろし キャベツと小松菜のやわらか煮
16	全粥 ゆし豆腐のすり流し ほぐしバナナ	17	全粥 さかなと人参煮 キャベツスープ	18	全粥 豆腐と白菜のとろとろ煮 人参スープ	19	おべんとう	20	春分の日	21	全粥 白身魚のトマト煮 ブロッコリーのくたくた煮
23	全粥 豆腐のだし煮 人参と小松菜とろとろ	24	全粥 白身魚のおろし煮 きゅうりのだし煮	25	全粥 魚とポテトペースト チンゲンサイのスープ	26	全粥 ブロッコリーと豆腐煮 りんごしりしり	27	全粥 白身魚のだし煮 玉ねぎのスープ	28	全粥 人参豆腐 ポテトマッシュ
30	全粥 白身魚と人参煮 ほぐしバナナ	31	全粥 豆腐とキャベツ煮 玉ねぎくたくた煮								
		<p>7~8か月の離乳食</p> <p>この時期は、舌を上下に動かしてやわらかいかたまりを上のおごにおしつけてつぶしながら食べる練習をします。</p> <p>離乳食の回数が1日2回になり、食べられる素材も増えていきますが、食べる量は個人差があります。食べる量は赤ちゃんのペースに合わせてあげましょう。</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。