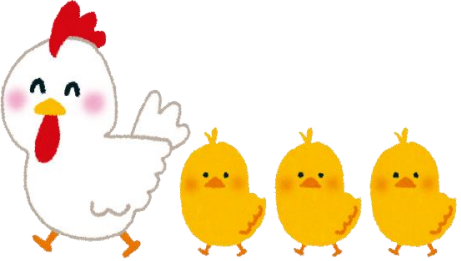


2019年 6月

離乳食後期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
					1 全粥 豆腐ちゃんぴるー 小松菜の味噌汁 ひじきそうすい 鶏肉のてり煮 さつま芋スティック
3 全粥 麻婆豆腐風煮 しめじと麩の清まし汁 シラス粥 にらたま トマトとカラのスープ	4 全粥 鮭のちゃんちゃん焼き こうと卵のスープ 全粥 豆腐と野菜煮 胡瓜スティック	5 全粥 鶏肉煮 からし菜炒め 全粥 豆腐とツナ煮 もやしの清し汁	6 全粥 魚の照焼き 豚汁 全粥 豚肉と大根の煮物 かぼちゃマッシュ	7 スパゲティミートソース レタススープ ほぐしオレンジ 全粥 豆腐とブロッコリー煮 トマトスープ	8 さかなそぼろ粥 アーサ汁 スライスバナナ 全粥 豚肉と野菜の蒸し煮 わかめのすまし汁
10 三色丼 ゆし豆腐 ほぐしオレンジ 全粥 野菜の卵とし 麩の味噌汁	11 全粥 鯖の味噌煮 豆苗スープ 全粥 わかめのふんわり豆腐 スライスバナナ	12 全粥 豆腐と鶏肉のお焼き じゃが芋の味噌汁 全粥 白身魚のピカタ ポテトマッシュ	13 全粥 ベビーハンバーグ えのきと麩の味噌汁 全粥 豆腐の茶きん りんごスティック	14 全粥 白身魚の野菜煮 コーンスープ 全粥 豆腐の野菜煮 ほぐしオレンジ	15 全粥 豚生姜焼き風 とろろ昆布汁 全粥 豆腐のピカタ スライスバナナ
17 トマト粥 豆腐と野菜煮 わかめスープ 全粥 肉団子 キャベツスープ	18 全粥 白身魚のみそマヨネーズ焼き 高野豆腐の清し汁 全粥 豚肉と豆腐の煮物 さつま芋スティック	19 全粥 白身魚と小松菜煮 もずく汁 全粥 そぼろ軟飯 トマトスープ	20 おべんとうの日 全粥 野菜の卵とし 麩の味噌汁	21 沖縄そば ごまじゃこサラダ 固形ヨーグルト 全粥 鮭のほぐし煮 野菜の炒め煮	22 ホトトギス汁 ごま和え(小松菜) しめじと豆腐の味噌汁 全粥 豚肉の野菜煮 ワカメの味噌汁
24 納豆粥 じゃがいも煮 I片と卵のスープ 全粥 野菜入りオムレツ 豆腐の味噌汁	25 全粥 白身魚のトマト煮 ほうれん草の味噌汁 全粥 ささみのピカタ 玉葱のスープ	26 全粥 豆腐のピカタ 大根の味噌汁 全粥 鶏肉のスープ煮 ワカメの味噌汁	27 全粥 豆腐と野菜煮 麩とねぎの清まし汁 全粥 豆腐ハンバーグ ツナとホウレン草のスープ	28 全粥 鶏肉のトマト煮 キャベツの味噌汁 全粥 白身魚のブロッコリーの煮 人参とコーンのスープ	29 鮭とシラスのおかゆ 人参とえのきの味噌汁 スライスバナナ 全粥 魚のおろし煮 豆腐の味噌汁
	9～11か月ごろの離乳食 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。 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。				

※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。