

2019年 9月

離乳食後期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
2 全粥 麻婆豆腐風煮 かき卵汁  全粥 白身魚のトマト煮 野菜スティック	3 全粥 魚のごまダレ焼き ソウダとI片の味噌汁  全粥 にらたま 大豆スープ	4 全粥 魚と小松菜うすくず煮 麩の味噌汁  全粥 わかめのふんわり豆腐 オクラスープ	5 全粥 ベビーハンバーグ 豆苗スープ  全粥 ひき肉オムレツ さつま芋マッシュ	6 なすのミートパゲティー ヒジキとモヤシのサラダ コトコトのスープ  全粥 ツナとキャベツのスープ煮 ほぐしオレンジ	7 全粥 白身魚と野菜煮 高野豆腐の清し汁  全粥 豆腐ステーキ 根っこ野菜炒め
9 三色丼 ゆし豆腐 ほぐしオレンジ  全粥 ツナと小松菜の炒め 人参のぎなこ風味	10 豚肉と野菜のおじや モーウィのサガ キャベツとじゃがいものスープ  全粥 じゃがいもと豚肉の炒め煮 胡瓜スティック	11 全粥 鮭のちゃんちゃん焼き レタスの味噌汁  全粥 豆腐のピカタ かぼちゃとバナナマッシュ	12 全粥 豚生姜焼き風 ほうれん草の味噌汁  全粥 豆腐とほうれん草の炒め煮 じゃがいもとキャベツあえ	13 全粥 白身魚とおろし煮 オニオンスープ  全粥 大根と豚肉の煮もの じゃがいもサラダ	14 全粥 豆腐と野菜煮 とろろ昆布汁  全粥 鶏肉のスープ煮 角切りバナナ
16 敬老の日	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 魚のピカタ そうめん汁  全粥 豆腐の野菜煮 人参の味噌汁	19 おべんとう  全粥 白身魚のソテー わかめと人参のスープ	20 沖縄そば 白和えサラダ  全粥 鮭のほぐし煮 野菜の炒め煮	21 全粥 チキンのソテー 麩とモヤシの味噌汁  全粥 野菜の卵とじ コーンスープ
23 秋分の日	24 納豆粥 レバーマッシュ 人参と玉葱のスープ  全粥 豚肉の野菜煮 切干大根サラダ	25 全粥 豆腐と鶏肉のお焼き 麩とわかめの味噌汁  鶏そうすい からし菜のくたくた煮 もやしナムル	26 全粥 白身魚と野菜煮 えのきと青梗菜の清まし汁  全粥 野菜入りオムレツ 玉葱のスープ	27 全粥 鶏の味噌漬焼き コトコトのスープ  全粥 鶏肉のスープ煮 ほぐしオレンジ	28 全粥 鮭のほぐし煮 じゃが芋の味噌汁  全粥 じゃがいもとしらすのお焼き スライスバナナ
30 そばろ軟飯 大豆スープ スライスバナナ  全粥 豆腐と挽肉のトマト煮 もやしのスープ					
 <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。