

2019年 12月

離乳食後期

予定献立表

月		火	水	木	金	土					
2	<p>そばろ軟飯 わかめスープ(わかめ・わかめ) オレンジ</p> <p>全粥 豆腐と挽肉のトマト煮 もやしのスープ</p>	3	<p>全粥 鮭と野菜煮 大根の味噌汁</p> <p>全粥 かぼちゃ豆腐 わかめの味噌汁</p>	4	<p>全粥 鶏の味噌漬焼き なめこと豆腐の味噌汁</p> <p>全粥 白身魚のプロッコリー煮 白菜とコーンのスープ</p>	5	<p>全粥 白身魚のトマト煮 豆苗スープ</p> <p>全粥 ささみのピカタ 胡瓜とトマトあえ</p>	6	<p>全粥 スパゲティミートソース 玉葱と人参スープ</p> <p>全粥 ベビーハンバーグ 野菜スッテック</p>	7	<p>全粥 豆腐ちゃんぴるー 小松菜の味噌汁</p> <p>全粥 ツナと小松菜煮 さつま芋マッシュ</p>
9	<p>トマトチーズ粥 マッシュポテト オニオンスープ</p> <p>全粥 豆腐ハンバーグ じゃがいものスープ</p>	10	<p>全粥 擬製豆腐 麩とわかめの味噌汁</p> <p>全粥 豆腐とからし菜の炒め もやしの味噌汁</p>	11	<p>全粥 豆腐ステーキ ほうれん草の味噌汁</p> <p>全粥 鶏肉と野菜のスープ ポテトマッシュ</p>	12	<p>全粥 豚生姜焼き きのこの清まし汁</p> <p>全粥 ひじき煮卵とじ ツナサラダ</p>	13	<p>全粥 鮭のムニエル ミネストローネ</p> <p>全粥 ツナキャベツ煮 胡瓜とトマトのサラダ</p>	14	<p>全粥 ゆし豆腐 スライスバナナ</p> <p>全粥 鶏肉のてり煮 人参のスープ</p>
16	<p>納豆粥 レバーとじゃがいもマッシュ 人参と玉葱のスープ</p> <p>全粥 豚肉の野菜煮 切干大根サラダ</p>	17	<p>全粥 お魚ハンバーグ とろろ昆布汁</p> <p>全粥 チキンのソテー わかめのすまし汁</p>	18	<p>全粥 豆腐と鶏肉のお焼き キャベツの味噌汁</p> <p>全粥 マーボー春雨 コールドスロー</p>	19	<p>おべんとう</p> <p>全粥 白身魚煮 わかめと人参のスープ</p>	20	<p>沖縄そば 白和えサラダ</p> <p>全粥 豆腐と野菜煮 ほうれん草のスープ</p>	21	<p>さかなそばろ粥 アーサ汁 スライスバナナ</p> <p>全粥 豚肉と野菜の蒸し煮 わかめのすまし汁</p>
23	<p>全粥 麻婆豆腐風煮 かき卵汁</p> <p>全粥 にらたま 小松菜と人参のスープ</p>	24	<p>全粥 白身魚と人参煮 そうめん汁</p> <p>全粥 豆腐と野菜煮 わかめの味噌汁</p>	25	<p>全粥 鶏の塩こうじ焼 コーンポタージュ</p> <p>全粥 白身魚とポテトマッシュ 野菜スッテック</p>	26	<p>全粥 白身魚のだし煮 もずく汁</p> <p>全粥 鶏肉煮 チンゲンサイと人参のスープ</p>	27	<p>納豆粥 すきやき風煮つけ 大根の味噌汁</p> <p>全粥 豆腐のおろし煮 白菜スープ</p>	28	<p>全粥 白身魚の人参煮 麩とI片の清し汁</p> <p>全粥 豆腐のピカタ スライスバナナ</p>
30		31									
		<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。