


2019年 8月

離乳食初期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
			1 10倍粥 ゆし豆腐のすり流し 大根と人参のおろし煮	2 10倍粥 にんじんの白あえ たまねぎのとろとろ	3 しらす粥 キャベツと玉葱のとろとろ煮 さつま芋ペースト
5 10倍粥 さかなのトマト煮 にんじんのきなこ風味	6 10倍粥 豆腐とトマトのすり流し きゅうりのだし煮	7 10倍粥 豆腐とじゃがいも煮 キャベツのピューレ	8 10倍粥 さかなと人参煮 バナナペースト	9 10倍粥 豆腐煮 にんじんピューレ	10 10倍粥 豆腐とにんじんおろし キャベツと小松菜のピューレ
12 振替休日	13 10倍粥 さかなの野菜煮 こまつなのとろとろ煮	14 10倍粥 さかなのすり流し きゅうりのだし煮	15 おべんとう	16 10倍粥 豆腐ときゅうりのだし煮 キャベツのピューレ	17 10倍粥 豆腐と玉ねぎのとろとろ煮 バナナペースト
19 10倍粥 さかなのトマト煮 ポテトペースト	20 10倍粥 白身魚とやさい煮 すりおろしりんご	21 10倍粥 さかなとじゃがいものとろとろ 人参煮	22 10倍粥 さかなのすり流し たまねぎのとろとろ	23 10倍粥 豆腐とシラスのペースト トマトペースト	24 10倍粥 さかなと玉ねぎのとろとろ煮 じゃがいものペースト
26 10倍粥 にんじん豆腐 胡瓜のすり流し	27 10倍粥 豆腐すり流し バナナペースト	28 10倍粥 さかなの人参おろし煮 玉ねぎ煮	29 10倍粥 きゅうり豆腐 人参ピューレのきなこ風味	30 10倍粥 白身魚とキャベツ煮 胡瓜のすり流し	31 10倍粥 小松菜と豆腐のとろとろ バナナペースト
	<p>5~6か月の離乳食</p> <p>この時期は、母乳やミルク以外のものを飲み込む練習をします。離乳食はなめらかにすりつぶした、ポタージュ状です。</p> <p>今はまだ、栄養のほとんどを母乳やミルクからとりますので、食事からとる栄養について悩む必要はありません。離乳食に慣れてきたら次のステップに進みましょう。</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。