

2019年 11月

離乳食初期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
				1 つぶし10倍粥 さかなとキャベツ煮 バナナペースト	2 つぶし10倍粥 麩と豆腐のだし煮 さつま芋ペースト
4 振替休日	5 おべんとう	6 つぶし10倍粥 さかなのすり流し 大根のだし煮	7 つぶし10倍粥 かぼちゃ豆腐 さつま芋ペースト	8 つぶし10倍粥 魚とじゃがいものとうとう りんごしりしり	9 つぶし10倍粥 豆腐とキャベツ煮 バナナペースト
11 つぶし10倍粥 豆腐のトマト煮 ポテトマッシュ	12 つぶし10倍粥 さかなのだし煮 人参煮	13 つぶし10倍粥 豆腐とほうれん草煮 大根のすりおろし煮	14 つぶし10倍粥 人参豆腐 キャベツのピューレ	15 つぶし10倍粥 さかなの人参煮 じゃがいもペースト	16 つぶし10倍粥 白身魚と小松菜煮 バナナペースト
18 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 ブロッコリーのくたくた煮	19 つぶし10倍粥 レバーペースト 玉ねぎくたくた煮	20 つぶし10倍粥 さかなのすり流し 人参と玉葱のだし煮	21 つぶし10倍粥 シラスと人参おろし煮 キャベツスープ	22 つぶし10倍粥 豆腐の大根おろし煮 さつま芋ペースト	23 勤労感謝の日
25 つぶし10倍粥 ゆし豆腐のすり流し きゅうりのだし煮	26 つぶし10倍粥 さかなのキャベツ煮 オレンジ人参	27 つぶし10倍粥 豆腐と玉ねぎのだし煮 じゃがいもスープ	28 つぶし10倍粥 さかなのトマト煮 かぼちゃペースト	29 つぶし10倍粥 豆腐と白菜のくたくた煮 キャロットヨーグルト	30 つぶし10倍粥 シラスとトマト煮 じゃがいも煮
	<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。