


2020年 2月

離乳食初期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
					1 つぶし10倍粥 さかなと小松菜煮 バナナペースト
3 つぶし10倍粥 さかなとポテトマッシュ クリームスープ	4 つぶし10倍粥 豆腐の大根おろし煮 きゅうりのだし煮	5 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 キャベツスープ	6 つぶし10倍粥 さかなと人参煮 そうめんとろとろ	7 つぶし10倍粥 レバーペースト ブロッコリーのくたくた煮	8 つぶし10倍粥 豆腐とシラスのペースト さつま芋ペースト
10 つぶし10倍粥 ゆし豆腐のすり流し キャベツのだし煮	11 建国記念の日	12 つぶし10倍粥 さかなのトマト煮 マッシュポテト	13 つぶし10倍粥 さかなとブロッコリーあんかけ さつま芋ペースト	14 つぶし10倍粥 さかなのだし煮 人参煮	15 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 麩のとろとろ煮
17 つぶし10倍粥 レバーとじゃがいもペースト 人参スープ	18 つぶし10倍粥 さかなのおろし煮 玉ねぎくたくた煮	19 つぶし10倍粥 たらのすり流し キャベツの玉ねぎ煮	20 おべんとう	21 つぶし10倍粥 人参豆腐 キャベツとじゃがいものスープ	22 つぶし10倍粥 ブロッコリーとさかな煮 トマトスープ
24 振替休日	25 つぶし10倍粥 豆腐のトマトあんかけ キャベツと人参のスープ	26 つぶし10倍粥 豆腐とキャベツ煮 麩のとろとろ煮	27 つぶし10倍粥 さかなと玉ねぎ煮 人参スープ	28 つぶし10倍粥 豆腐とじゃがいも煮 りんごしりしり	29 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 きゅうりのすり流し
	<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。