

2020年 8月

予定献立表 初期

月		火	水	木	金	土
5~6か月の離乳食 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。 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。						1 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
3 10倍粥 さかなのトマト煮 オレンジ	4 10倍粥 豆腐煮 さつまいもペースト	5 10倍粥 白身魚とやさい煮 マッシュバナナ	6 10倍粥 豆腐と玉ねぎのどろどろ煮 ブロッコリーのピューレ	7 10倍粥 さかなとじゃがいものどろどろ煮 人参煮	8 しらす粥 キャベツと玉葱のどろどろ煮 さつまいもペースト	
10 山の日	11 10倍粥 豆腐とオクラのペースト トマトペースト	12 10倍粥 魚とブロッコリーのスープ煮 人参と玉葱のトロトロ	13 10倍粥 さかなのすり流し 南瓜ペースト	14 10倍粥 ナスの白和え キュウリのだし煮	15 10倍粥 さかなと人参のどろどろ煮 マッシュバナナ	
17 10倍粥 さかなのトマト煮 ポテトペースト	18 10倍粥 豆腐とじゃがいも煮 キャベツのピューレ	19 10倍粥 魚と青菜のペースト マッシュバナナ	20 おべんとう	21 10倍粥 魚のトロトロ 小松菜のだし煮	22 10倍粥 豆腐と胡瓜のだし煮 マッシュバナナ	
24 10倍粥 にんじん豆腐 胡瓜のすり流し	25 10倍粥 魚のコーンクリーム煮 さつまいもペースト	26 10倍粥 豆腐とトマトのすり流し オレンジ	27 10倍粥 魚の人参煮 バナナ	28 10倍粥 豆腐ペースト キャベツと玉葱のスープ煮	29 10倍粥 小松菜と豆腐のどろどろ バナナペースト	
31 10倍粥 豆腐と胡瓜のすり流し オレンジ						

※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。