

2020年 4月

離乳食初期

予定献立表

月	火	水	木	金	土
		1 つぶし10倍粥 白身魚のだし煮 キャベツピューレ	2 つぶし10倍粥 白身魚のトマト煮 さつまいもペースト	3 つぶし10倍粥 レバーのだし煮 かぼちゃペースト	4 つぶし10倍粥 豆腐と人参おろし バナナペースト
6 つぶし10倍粥 ゆし豆腐すり流し キャベツのくたくた煮	7 つぶし10倍粥 白身魚のおろし煮 人参スープ	8 つぶし10倍粥 人参豆腐 そうめんとうろ	9 つぶし10倍粥 さかなとポテトペースト バナナペースト	10 つぶし10倍粥 豆腐とじゃがいもだし煮 マカロニスープ	11 つぶし10倍粥 小松菜と豆腐煮 りんごしりしり
13 つぶし10倍粥 レバーとじゃがいもペースト バナナペースト	14 つぶし10倍粥 さかなとキャベツ煮 かぼちゃペースト	15 つぶし10倍粥 小松菜と豆腐煮 クリームスープ	16 おべんとう	17 つぶし10倍粥 豆腐とほうれん草煮 きゅうりのだし煮	18 つぶし10倍粥 ブロッコリーとさかな煮 トマトスープ
20 つぶし10倍粥 豆腐のだし煮 人参スープ	21 つぶし10倍粥 たらのだし煮 麩のとうろ煮	22 つぶし10倍粥 豆腐とからし菜煮 バナナペースト	23 つぶし10倍粥 白身魚のおろし煮 きゅうりのだし煮	24 つぶし10倍粥 シラスと豆腐 かぼちゃとトマトサラダ	25 シラス粥 じゃがいも煮 キャベツスープ
27 つぶし10倍粥 ふんわり豆腐 ポテトペースト	28 つぶし10倍粥 さかなと玉ねぎ煮 さつまいもペースト	29 昭和の日	30 つぶし10倍粥 人参豆腐 麩のとうろ煮		
	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no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。				

※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。