

2021年 1月

## 予定献立表

離乳食中期

月	火	水	木	金	土
	7~8か月の離乳食 この時期は、舌を上下に動かしてやわらかいかたまりを上のおごにおしつけてつぶしながら食べる練習をします。 離乳食の回数が1日2回になり、食べられる素材も増えていきますが、食べる量は個人差があります。食べる量は赤ちゃんのペースに合わせてあげましょう。			1	2
				冬休み	冬休み
4	5	6	7	8	9
全粥 人参豆腐 きゅうりのだし煮	全粥 白身魚煮 大根と人参煮	クリームコーン粥 ほうれん草と豆腐のとろとろ 角切りバナナ	全粥 さかなと人参煮 さつま芋ペースト	全粥 豆腐のココロ煮 ブロッコリーのくたくた煮	全粥 魚のだし煮 りんごのココロ煮
11	12	13	14	15	16
成人の日	全粥 白身魚のトマト煮 小松菜スープ	全粥 魚の大根おろし煮 人参煮	全粥 豆腐のだし煮 南瓜煮	ブロッコリー粥 鮭のだし煮 白菜のスープ	全粥 シラスとじゃが芋煮 キャベツペースト
18	19	20	21	22	23
全粥 鮭と玉葱のだし煮 ほぐしみかん	全粥 ササミのトマト煮 ほうれん草スープ	全粥 ささみと小松菜煮 じゃがいもと玉ねぎスープ	おべんとう	全粥 豆腐と胡瓜のココロ煮 玉ねぎのだし煮	全粥 白身魚とキャベツ煮 さつま芋煮
25	26	27	28	29	30
全粥 豆腐のココロ煮 キャベツと人参煮	全粥 白身魚煮 白菜のスープ	全粥 豆腐とほうれん草煮 ポテトマッシュ	全粥 魚と青菜煮 大根と玉葱煮	全粥 豆腐と胡瓜のだし煮 さつま芋煮	全粥 さかなとキャベツ煮 角切りバナナ

※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。