



🐑 💸 🗘 6月予定献立表





離乳食後期~普通食

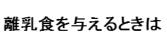
<令和2年> 大崎保育園

					大崎保育園
日	曜日	献立	乳児		3時おやつ
			追加	10時	3時からう
1	月	おじや・煮魚・お浸し・スープ・フルーツ		フルーツ せんべい	みかん寒天
2	火	煮込みうどん・鶏肉の煮物・ナムル・フルーツ		フルーツ ウエハース	ジャムサンド
3	水	おかゆ・豚肉の煮物・酢の物・みそ汁・フルーツ		フルーツ ビスケット	豆乳ババロア
4	木	きなこがゆ・さばの煮付・きのこ和え・すまし汁・フルーツ		フルーツ クッキー	じゃがいも餅
5	金	バターロールパン・鶏肉のトマト煮・和え物・中華スープ・フルーツ		フルーツ せんべい	おにぎり
6	±	おじや・スープ・フルーツ		フルーツ ウエハース	
8	月	大豆入りわかめご飯・魚の照り焼き・トマトきゅうりサラダ・みそ汁・フルーツ	豆腐	フルーツ せんべい	人参ホットケーキ
9	火	シーフードカレー・コールスロー・チーズキッス・フルーツ	茹でブロッコリー	フルーツ クラッカー	フルーツヨーグルト
10	水	ひじきご飯・鶏肉の香味焼き・かみかみサラダ・すまし汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ せんべい	ラスク
11	木	冷し中華・鶏肉の味噌マヨ焼き・納豆和え・ヨーグルト	ジャム	フルーツ クラッカー	きなこマカロニ
12	金	ご飯・豚肉のケチャップ焼き・ゆかり和え・豆乳スープ・フルーツ	チーズ	フルーツ せんべい	もちもちチーズポンデ
13	±	親子丼・みそ汁・フルーツ	うずら卵	フルーツ クラッカー	
15	月	ご飯・肉じゃが・酢の物・スープ・フルーツ	乾わかめ	フルーツ せんべい	わらびもち
16	火	ご飯・メンチカツ・ビタミンサラダ・かきたま汁・フルーツ	豆腐	フルーツ クラッカー	クッキー
17	水	肉うどん・ツナサラダ・フルーツ	茹でブロッコリー	フルーツ せんべい	りんごケーキ
18	木	納豆ご飯・魚の味噌焼き・中華春雨サラダ・けんちん汁・フルーツ	トマト	フルーツ クラッカー	杏仁豆腐
19	金	ゆかりご飯・煮魚・アスパラの焼き浸し・みそ汁・フルーツ	うずら卵	フルーツ せんべい	カルピス蒸しパン
20	±	ミートスパゲティ・きゅうりのサラダ・フルーツ	しらす干し	フルーツ クラッカー	
22	月	あさりご飯・酢豚・切干大根と塩昆布のはりはり漬け・フルーツ	トムト	フルーツ せんべい	マシュマロおこし
23	火	〈弁当の日〉		フルーツ クラッカー	ミルクココアゼリー
24	水	ご飯・ふりかけ・オイマヨチキン・おかか和え・みそ汁・フルーツ	乾わかめ	フルーツ せんべい	にらチーズチヂミ
25	木	ご飯・味付け海苔・焼き魚・マカロニサラダ・すまし汁・フルーツ	チーズ	フルーツ クラッカー	ごま豆腐
26	金	〈誕生日会〉		フルーツ せんべい	ケーキ
27	土	牛丼・みそ汁・フルーツ	豆腐	フルーツ クラッカー	
29	月	ご飯・魚の西京焼き・海藻サラダ・かきたま汁・フルーツ	うずら卵	フルーツ せんべい	チョコまんじゅう
30	火	なすのミートスパゲティ・鶏肉のマーマレード煮・ステッィク野菜・ヨーグルト	ジャム	フルーツ クラッカー	きなこ団子

離乳食後期 1回の食事量

1回で食べられる量はまだまだ多くはありませんが、 歯茎でつぶして食べるのでたくさん口を動かします。 パサつく魚ともそもそして食べづらいイモ類の組み合 わせは避けてあげるなど、食べるのに疲れてしまわ ないように食材の組み合わせも考えてあげられると いいですね。また、味付けは素材の味を生かして薄 ~ 💆 味を心がけましょう。





声かけを

離乳食は、赤ちゃんに栄養を与えるだけでなく、食べること の楽しさを教えることが大切です。赤ちゃんの様子を見な がらひとさじずつ与え、「おいしいよ」「にんじんだよ」など、 やさしく声かけをしましょう。

·• (i) •• (i) •• (ii) ••



