



幼児食こんだて

社会福祉法人マリヤ福祉会
いちごえ保育園 分園

令和3年 赤・黄・緑の食べ物のグループ分けは、6つの基礎食品(厚生労働省)と、食べ物の3つのはたらき(文部科学省)をもとにしています。(作成者)栄養士 野原正子

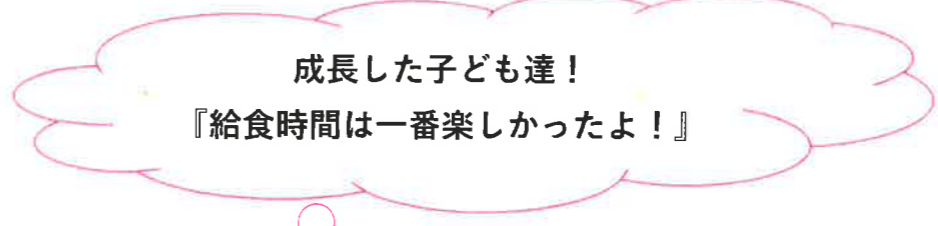
日曜	献立名	おやつ おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ おもな材料(昼食)				
		午前(0~1歳児) 午後(1~4歳児)	あか	きいろ			みどり	午前(0~1歳児) 午後(1~4歳児)	あか	きいろ	みどり
1月	マージンごはん 納豆みそ 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリー レタスのスープ タンカン	ミルク アップルケーキ ミルク	ひきわり納豆 ツナ缶 豚もも肉 竹小町 わかめ	精白米 強化米 もちきび	人参もやし ブロッコリー レタス 玉ねぎ えのきたけ 干しいたけ タンカン	16 火	ロールパン 鶏肉のコーンフレーク焼き ほうれん草のソテー トマトサラダ 豆乳スープ ネーブル	ミルク いなり寿司 ミルク	鶏もも肉 竹小町 ベーコン	ロールパン コーンフレーク	ほうれん草 もやし Hコーン缶 白菜 しめじ トマト ネーブル
2月	ごはん(強化米入り) 鶏肉のさっぱり煮 春雨の中華炒め ゴマじゃが ゆし豆腐汁 パナナ	ミルク くずもち ミルク	鶏もも肉 強化米 ゆし豆腐	たけのこ 人参 キャベツ しめじ さやいんげん ブロッコリー パナナ	17 水	ごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャップあん 八宝菜 みそ汁 パナナ	ミルク ちんびん 図形ヨーグルト	白身魚 豚もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米	白菜 たけのこ 人参 生しいたけ えのきたけ パナナ	
3月	☆ひなまつり祝い御膳☆ お祝い春ごはん 人参グラッセ 鮭のタルタル焼き マッシュポテト ほうれん草ソテー いちご 花麩のすまし汁	ミルク ひなあられ 三色花ゼリー カルピス	豚ひき肉 鮭 ベーコン わかめ 絹ごし豆腐	精白米 じゃが芋	ハンダマ菜 Hコーン缶 人参もやし 青しそ 玉ねぎ 赤ピーマン ほうれん草	18 木	黒米ごはん 厚揚げのきのこソース こんにやくのソテー ブロッコリー みそ汁 パナナ	ミルク 人参クラッカー ミルク	◇厚揚げ 鶏ひき肉 鶏ささみ わかめ	精白米 強化米	えのきたけ 糸こんにやく 人参 小松菜 Hコーン缶 ブロッコリー かぼちゃ パナナ
4月	黒米ごはん 沖繩風煮つけ きゅうりの甘酢あえ かぼちゃのみそ汁 タンカン ※ゆり・ひまわり遠足	ミルク サーターアランダギー ミルク	豚もも肉 厚揚げ しらす干し わかめ	精白米 強化米	大根 昆布 しめじ 人参 きゅうり かぼちゃ タンカン	19 金	のりごはん(強化米入り) 厚揚げのケチャップ煮 人参シリシリー そうめん汁 ネーブル	ミルク バナナ蒸しパン ミルク	厚揚げ 豚もも肉 竹小町 ツナ缶	精白米 強化米 そうめん	玉ねぎ 赤ピーマン Hコーン缶 刻みパセリ 人参 白菜 ブロッコリー もやし
5月	のりごはん(強化米入り) さばのみそ焼き 切干大根のイリチー トマトときゅうりの酢みそあえ すまし汁 りんご	ミルク オートミールスナック ミルク	さば ツナ缶 竹小町 わかめ	精白米 強化米	切干大根 かんぴょう 人参 トマト 糸こんにやく きゅうり たけのこ えのきたけ	22 月	もずくどんぶり ごまかぼちゃ みそ汁 ネーブル	ミルク 大学芋 ミルク	もずく 豚ひき肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 さつま芋	ピーマン 赤ピーマン Hコーン缶 かぼちゃ 大根 焼魚
6月	鶏肉の照り焼き丼 コーンサラダ みそ汁 タンカン	ミルク ふかし芋 ミルク	鶏もも肉 豆腐 わかめ	精白米 強化米	人参 さやいんげん Hコーン缶 キャベツ きゅうり 大根 タンカン	23 火	マージンごはん 肉じゃが ほうれん草のツナあえ 白菜スープ ネーブル	ミルク 揚げパン ミルク	豚肉 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ 白菜 ほうれん草 Hコーン缶 赤ピーマン
8月	ごはん レバーのかりん揚げ 昆布イリチー ポテトサラダ 豚汁 いちご	ミルク ココアケーキ ミルク	豚レバー かまぼこ 豚肉	精白米 じゃが芋	刻み昆布 かんぴょう 人参 きゅうり 糸こんにやく パイン缶 レーズン 大根 昆布	24 水	ごはん(強化米入り) さばのゴマだれ焼き 豚肉と春雨の炒め スライストマト みそ汁 ネーブル	ミルク パースデーケーキ ミルク	さば 豚もも肉 油揚げ	精白米 強化米 春雨	人参 チンゲン菜 たけのこ 干しいたけ トマト 白菜 ネーブル
9月	ごはん(強化米入り) 豚肉のソテー(フルーツソース) ひじきの五目煮 ブロッコリー みそ汁 タンカン	ミルク フランスパン ミルク	豚もも肉 干ひじき 竹小町 油揚げ わかめ	精白米 強化米 さつま芋	人参 糸こんにやく さやいんげん ブロッコリー 白菜 タンカン	25 木	※卒園・進級(がんばり賞) ♥♥ 大好きな給食 ♥♥ スパゲッティミートソース マッシュポテト カリカリきゅうり レタスのスープ いちご	ミルク みそおにぎり ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 粉チーズ わかめ 絹ごし豆腐	スパゲティ じゃが芋	人参 トマト 玉ねぎ ピーマン きゅうり レタス 玉ねぎ えのきたけ
10月	沖繩そば③ かぼちゃの煮物 キャベツのツナあえ タンカン	ミルク しらすおにぎり ミルク	豚三枚肉 丸かまぼこ ツナ缶 しらす干し	沖繩そば(茹)	刻み昆布 かぼちゃ さやいんげん キャベツ きゅうり タンカン	26 金	黒米ごはん 鶏のから揚げ 野菜チャンプルー もずくの酢物 すまし汁 パナナ	ミルク 黒糖蒸しパン ミルク	鶏もも肉 豆腐 もずく	精白米 強化米	キャベツ 人参 もやし Hコーン缶 きゅうり ニラ たけのこ えのきたけ パナナ
11月	おべんとう会	ミルク どら焼き ミルク				27 土	そつえん式				
12月	ハンバーグカレー きゅうりの甘酢和え すまし汁 いちご	ミルク お麩ラスク ミルク	豚ひき肉 牛ひき肉 しらす干し わかめ	精白米 強化米 じゃが芋 麩	人参 GP 玉ねぎ Hコーン缶 ピーマン きゅうり たけのこ えのきたけ	29 月	豚肉のあんかけ丼 ブロッコリーとトマトのごまあえ 厚揚げのケチャップ煮 みそ汁 ネーブル	ミルク ホットケーキ ミルク	豚肩ロース ◇油揚げ わかめ ウインナー	精白米 強化米 じゃが芋	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 ブロッコリー トマト ニラ ネーブル
13月	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 タンカン	ミルク くろ棒 ミルク	鶏ささみ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ 人参 GP きゅうり たけのこ えのきたけ タンカン	30 火	マージンごはん 麻婆なす パンプキンサラダ 中華スープ りんご	ミルク シナモントースト ミルク	豆腐 豚ひき肉 鶏ささみ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋 春雨	なす 人参 玉ねぎ かぼちゃ チンゲン菜 長ねぎ Hコーン缶 りんご
15月	豚肉ピビンバ ゴマじゃが みそ汁 ヨーグルトサラダ	ミルク 黒糖アガラサー ミルク	豚もも肉 油揚げ わかめ	精白米 強化米 じゃが芋	Hコーン缶 ほうれん草 もやし 人参 大根 パナナ みかん缶	31 水	お弁当のご 協力願ひ	ミルク ワカメおにぎり ミルク	年度末調整 (協力願ひ)		3月

★ 材料、行事、その他の都合により、献立を変更することがあります。 ★ 「離乳食の献立表」は、該当者に配布しています。
★ 幼児食移行期(1歳~1歳半頃)は、咀嚼能力にあわせて調理形態や食材を替える場合があります。
★ 食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき、『保育所におけるアレルギー対応ガイドライン(厚労省2019)』に沿って実施します。

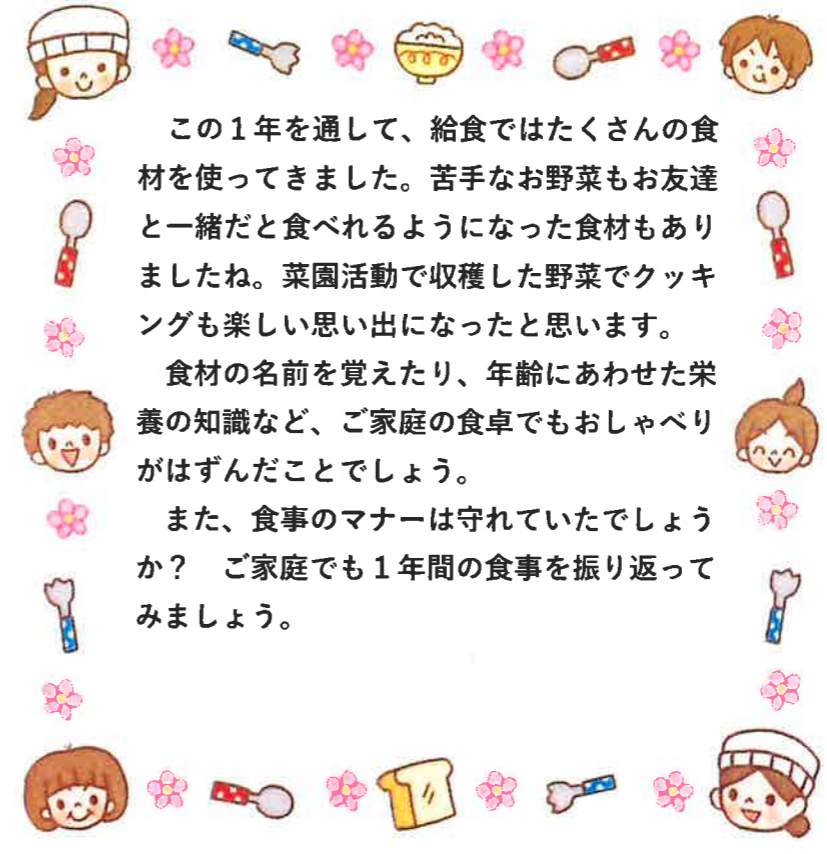
3月 食育だより

令和3年3月号

(作成者) 栄養士 野原正子



*** 1年間の食事を振り返りましょう ***



~食生活をチェックしてみましょう~

この1年を通して、給食ではたくさんの食材を使ってきました。苦手なお野菜もお友達と一緒に食べられるようになった食材もありましたね。菜園活動で収穫した野菜でクッキングも楽しい思い出になったと思います。

食材の名前を覚えたり、年齢にあわせた栄養の知識など、ご家庭の食卓でもおしゃべりがはずんだことでしょうか? ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

また、食事のマナーは守れていたでしょうか? ご家庭でも1年間の食事を振り返ってみましょう。

- 食事の前に手を洗うことができた。
- 食事の準備や片づけを手伝うことができた。
- 「いただきます」と「ごちそうさま」を言えた。
- 姿勢を正しく食べることができた。
- スプーンやはしを上手に使うことができた。
- よく噛んで、味わって食べる事ができた。
- 楽しく食べる事ができた。
- 三食は決まった時間に食べる事ができた。
- 朝食をかかさず食べた。
- 毎日、赤・黄・緑の食品群からバランスよく食事ができた

7つ以上のチェックは合格!! (^^)

ひな祭りの行事食

ひな祭りには、昔からちらし寿司やはまぐりのお吸い物を食べる習わしがあります。ちらし寿司のえびには「長生き」、れんこんは「見通しがきく」、豆には「健康でまめに働ける」という、縁起かつぎがあります。はまぐりは2枚の貝がらがぴったり合う様子から、「夫婦なかよく」の意味があり、昔は花嫁道具として持たせていました。女の子の幸せを願った行事食です。(えびやはまぐりは残念ながら給食では禁止食材なのです。ご家庭で大人が見守りながら、行事食を楽しんで下さいね。)

♥♥ 卒園・進級を控えた子どもたちの表情は、自信にあふれてきらきらと輝いています。1年間に身長や体重はどれくらい成長したでしょうか? 母子健康手帳の成長曲線でチェックしてみましょう。♥♥





離乳食こんだて

社会福祉法人マリヤ福祉会
いちごえ保育園 分園

【令和 3年】

- ★ 厚生労働省『授乳・離乳の支援ガイド』に沿って、離乳食を進めます。
- ★ 献立は月齢ごとの目安です。使用食品・調理形態・分量など、個人差を考慮します。
- ★ 離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月頃です。進み具合をみながら、幼児食へ移行していきます。

【NO1】 (作成者) 栄養士 野原正子

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	離乳初期 5・6ヶ月頃 開始後1ヶ月間	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
1月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 人参 ブロッコリー	納豆がゆ(べたべた) 人参ツナ煮 レタスのスープ タンカン (主な材料) 納豆 人参 ツナ 人参 レタス	納豆がゆ ⇒ 軟飯 人参ツナ煮 レタスのスープ タンカン	みどりがゆ(べたべた) チキンとポテトのだし煮 みそ汁 りんご (主な材料) 米 ブロッコリー ささみ じゃが芋 人参 あおさ 麩 りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 チキンとポテトのだし煮 みそ汁 りんご
2火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 人参 じゃが芋 ブロッコリー	全がゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のスープ煮 ポテトスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のスープ煮 ポテトスープ 手づかみポテト バナナ	おじや 豆腐のみそ汁 りんご (主な材料) 米 ツナ 人参 豆腐 ブロッコリー	おじや 豆腐のみそ汁 りんご
3水	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し ほうれん草ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ほうれん草 絹ごし豆腐	みどりがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 ポテトスープ いちご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 ポテトスープ いちご	全がゆ(べたべた) 白身魚と野菜のうま煮 みそ汁 ゆるゆるりんごゼリー (主な材料) 米 白身魚 豆腐 人参 じゃが芋 ほうれん草 あおさ りんご 寒天	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のうま煮 みそ汁 りんごゼリー
4木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト 大根ペースト とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 大根 人参 かぼちゃ わかめ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜の煮物 みそ汁 バナナ	しらすがゆ(べたべた) 白身魚のトマト煮風 大根スープ タンカン (主な材料) 米 しらす干し かぼちゃ 白身魚 人参 大根	しらすがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮風 大根スープ 手づかみ大根 タンカン
5金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 あおさ 白身魚	あおさがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ煮 たくたくそうめん汁 りんご	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ煮 そうめん汁 りんご	おじや きゅうりのおかか煮 みそ汁 バナナ (主な材料) 米 人参 ツナ 人参 かぼちゃ きゅうり じゃが芋 わかめ	おじや きゅうりのおかか煮 みそ汁 バナナ
6土	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 みそ汁 タンカン	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のうま煮 みそ汁 タンカン	おじや 魚とポテトのスープ りんご (主な材料) 米 ツナ 人参 豆腐 白身魚 じゃが芋	おじや 魚とポテトのスープ りんご
8月	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ささみ 人参	全がゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のスープ煮 みそ汁 いちご	レバーがゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のスープ煮 みそ汁 手づかみ大根 いちご	おじや ツナかぼちゃ すまし汁 りんご (主な材料) 米 大根 人参 白身魚 かぼちゃ 玉ねぎ	おじや ツナかぼちゃ すまし汁 りんご
9火	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト 白菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ささみ 人参	全がゆ(べたべた) 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁 タンカン	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏肉と野菜のうま煮 みそ汁 タンカン	みどりがゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご (主な材料) 米 ブロッコリー ひき割り納豆 さつま芋 人参 玉ねぎ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ りんご
10水	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト とろとろバナナ 野菜スープ (主な材料) 米 青のり かぼちゃ 人参	のりがゆ(べたべた) かぼちゃの煮物 魚と白菜のスープ バナナ	のりがゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃの煮物 魚と白菜のスープ バナナ	しらすがゆ(べたべた) 根菜そぼろ煮風 たくたくそうめん汁 タンカン (主な材料) 米 しらす干し じゃが芋 玉ねぎ 人参 鶏肉	しらすがゆ ⇒ 軟飯 根菜そぼろ煮風 そうめん汁 タンカン
11木	おべんとう会		芋がゆ(べたべた) 炒り豆腐 つぶしトマト みそ汁 りんご (主な材料) 米 さつま芋 豆腐 玉ねぎ	芋がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 手づかみ芋 みそ汁 りんご	芋がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 手づかみ芋 みそ汁 りんご
12金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 白菜スープ いちご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 白菜スープ いちご	納豆がゆ(べたべた) 鶏と根菜のスープ煮 みそ汁 りんご (主な材料) 米 ひき割り納豆 ささみ 白菜 人参	納豆がゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のスープ煮 みそ汁 手づかみポテト りんご
13土	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 玉ねぎ 人参	トマト風味おじや 白身魚と野菜のスープ タンカン	トマト風味おじや 鶏と野菜のスープ タンカン	かぼちゃがゆ(べたべた) 煮魚 みそ汁 りんご (主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 玉ねぎ	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 煮魚 みそ汁 りんご

【NO2】

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	離乳初期 5・6ヶ月頃 開始後1ヶ月間	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃	離乳中期 7・8ヶ月頃	離乳後期 9・10・11ヶ月頃
形態 固さ	なめらかにすりつぶした状態 プレーンヨーグルト状(ごっくん)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)	舌でつぶせる固さ 絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	歯ぐきでつぶせる固さ バナナ位(かみかみ)
15月	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 ほうれん草 絹ごし豆腐	みどりがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 みそ汁 バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 ポテトスープ 手づかみ大根 いちご	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 ほうれん草スープ りんご (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 ほうれん草	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 ほうれん草スープ りんご
16火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ほうれん草ペースト 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 野菜スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 白菜スープ バナナ	おじや 豆腐のみそ汁 ゆるゆるりんごゼリー (主な材料) 米 鶏肉 玉ねぎ 人参	おじや 豆腐のみそ汁 ゆるゆるりんごゼリー
17水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ほうれん草 白身魚	魚入りがゆ(べたべた) ツナじゃが みそ汁 バナナ	魚入りがゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが みそ汁 バナナ	米 豆腐 人参 ほうれん草 じゃが芋 玉ねぎ	全がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 手づかみポテト コーンポタージュ りんご
18木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚	全がゆ(べたべた) 白身魚のポテト煮 白菜スープ いちご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のポテト煮 白菜スープ いちご	納豆がゆ(べたべた) 鶏と根菜のスープ煮 みそ汁 りんご (主な材料) 米 ひき割り納豆 ささみ 白菜 人参	納豆がゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のスープ煮 みそ汁 手づかみポテト りんご
19金	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 青のり 人参	のりがゆ(べたべた) 豆腐と野菜のトマト風味 たくたくそうめん汁 ネーブル	のりがゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のトマト風味 たくたくそうめん汁 ネーブル	米 ツな 人参 豆腐 ほうれん草 玉ねぎ 人参	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナポテト 魚のスープ かぼちゃゼリー
22月	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 豆腐	かぼちゃがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 みそ汁 りんご	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 みそ汁 りんご	米 白身魚 青のり さつま芋 人参 玉ねぎ 大根	魚がゆ ⇒ 軟飯 さつま芋と人参の重ね煮 野菜スープ タンカン
23火	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し ほうれん草ペースト とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 白身魚	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 白菜のみそ汁 きなこバナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 白菜のみそ汁 きなこバナナ	パンがゆ ⇒ コロコロトースト ポテトのだし煮 魚と野菜のスープ りんご (主な材料) 食パン じゃが芋 白身魚	スティックトースト(手づかみ) ポテトのだし煮 魚と野菜のスープ りんご
24水	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し 人参ペースト トマトペースト すまし汁 (主な材料) 米 チンゲン菜	菜がゆ(べたべた) 二色豆腐 みそ汁 ネーブル	菜がゆ ⇒ 軟飯 二色豆腐 みそ汁 ネーブル	おじや 白身魚のトマト風味 ポテトポタージュ りんご (主な材料) 米 白菜 ツな 人参 白身魚	おじや 白身魚のトマト風味 ポテトポタージュ りんご
25木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃすり流し ポテトすり流し とろとろバナナ 野菜スープ (主な材料) 米 かぼちゃ	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 野菜スープ いちご	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 野菜スープ 手づかみポテト いちご	米 レタス 白身魚	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のトマト煮 みそ汁 りんご
26金	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト とろとろバナナ すまし汁 (主な材料) 米 ささみ	全がゆ(べたべた) 鶏と根菜のスープ煮 すまし汁 バナナ	もずくがゆ ⇒ 軟飯 鶏と根菜のスープ煮 すまし汁 バナナ	コーンがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 そうめん汁 りんご (主な材料) 米 コーン 青のり 豆腐	コーンがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 そうめん汁 りんご
27土	そつえん式				
29月	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 ささみ	全がゆ(べたべた) ささみと野菜のスープ煮 じゃが芋のみそ汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 ささみと野菜のスープ煮 じゃが芋のみそ汁 ネーブル	米 あおさ 白身魚 玉ねぎ 人参	あおさがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のスープ りんご
30火	10倍がゆ(とろとろ) 絹ごし豆腐のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ (主な材料) 米 絹ごし豆腐	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のだし煮 かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のだし煮 かぼちゃスープ バナナ	おじや きゅうりのおかか煮 魚のみそ汁 りんご (主な材料) 米 人参 玉ねぎ	おじや きゅうりのおかか煮 魚のみそ汁 りんご
31水	お弁当のご協力願				

※年度末準備、厨房大掃除のため

※ 離乳食の進め方など気になることは、担任の先生へお気軽にお問合せください。