



6月 離乳食予定献立



令和4年5月31日 小柳保育園

日	曜日	献立	主な食材
1	水	ごはん 魚の煮付け 人参しりしり 大根の煮物 味噌汁 果物	ごはん 魚 人参 卵 大根 豚肉 果物
2	木	パン ポテトオムレツ ほうれん草のソテー トマト スープ 果物	パン 豚ひき 卵 じゃがいも ほうれん草 しめじ 人参 トマト わかめ 麩 果物
3	金	納豆ごはん せんべい汁風 きゃべつのスープ煮 チキンボール 果物	納豆 人参 大根 ごぼう 椎茸 鶏肉 麩 きゃべつ チキンボール 果物
4	土	親子丼 サラダ 幼児果汁	卵 鶏肉 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 幼児果汁
6	月	ふわふわ卵煮込みにゅう麺 果物	そうめん ほうれん草 人参 大根 長ねぎ 鶏肉 卵 果物
7	火	ごはん 肉豆腐 もやしの和え物 味噌汁 果物	豆腐 牛肉 長ねぎ えのき 白菜 もやし 人参 きゃべつ 果物
8	水	ごはん 焼き鮭 野菜のお浸し かぼちゃ煮 味噌汁 果物	鮭 白菜 人参 かぼちゃ 大根 なめこ 果物
9	木	パン ハンバーグ 大根煮 ブロッコリー 味噌汁 果物	合いびき肉 玉ねぎ 卵 大根 人参 わかめ 板麩 果物
10	金	親子丼 ナムル トマト 具沢山味噌汁	鶏もも肉 玉ねぎ 卵 もやし 人参 きゅうり トマト 大根 豆腐 果物
11	土	ごはん 肉じゃが サラダ 幼児果汁	牛肉 人参 玉ねぎ じゃがいも 卵 レタス きゅうり トマト 幼児果汁
13	月	野菜あんかけうどん 果物	人参 玉ねぎ 豚肉 長ねぎ 卵 うどん
14	火	ごはん ミートボール チンジャオロース風 人参煮 味噌汁 果物	ミートボール ピーマン 豚肉 玉ねぎ 人参 卵 ほうれん草 果物
15	水	ごはん 魚のムニエル 野菜あんかけ トマト きゃべつの出汁煮 味噌汁 果物	魚 玉ねぎ 人参 トマト きゃべつ 卵 果物
16	木	パン 照り焼きチキン 炒り卵 グリーンサラダ スープ 果物	パン 照り焼きチキン 卵 レタス きゅうり ほうれん草 果物
17	金	鮭わかめごはん 中華あんかけスープ ブロッコリーの和え物 豆腐あんかけ 果物	鮭 わかめ 人参 豚肉 白菜 長ねぎ ブロッコリー 豆腐 果物
18	土	ごはん 肉豆腐 野菜サラダ 果汁	豚肉 豆腐 人参 じゃがいも 玉ねぎ レタス きゅうり トマト 卵 果汁
20	月	野菜たっぷり煮込みうどん 果物	うどん 人参 大根 ほうれん草 長ねぎ シーチキン 卵 果物
21	火	ごはん 鶏肉の柔らか煮 もやし炒め きゅうりの出汁和え 味噌汁 果物	鶏肉 もやし 人参 ピーマン きゅうり 豆腐 果物
22	水	ごはん 魚の蒲焼 じゃこピーマン ひじき煮 味噌汁 果物	魚 ピーマン ちりめん トマト ひじき 人参 白菜 果物
23	木	<お誕生会>チャーハン 棒棒鶏サラダ風 トマト コーンスープ 果物	卵 焼き豚 人参 長ねぎ もやし きゅうり 鶏もも肉 トマト コーン 果物
24	金	納豆ご飯 豚汁 スパサラダ 果物	大根 人参 玉ねぎ 豆腐 豚肉 スパゲティー きゅうり 納豆 果物
25	土	 お弁当の日 	
27	月	冷しそうめん 果物	そうめん 卵 トマト 豚肉 きゅうり もやし 果物
28	火	ごはん 卵焼き 野菜炒め トマト 味噌汁 果物	卵 きゃべつ 人参 もやし ピーマン 玉ねぎ トマト 大根 果物
29	水	ごはん 魚の味噌煮 小松菜煮びたし 切り干し大根煮 かきたま汁 果物	魚 小松菜 人参 大根 卵 えのき 果物
30	木	ごはん チキンバーグ 千切りサラダ コロコロポテト 味噌汁 果物	チキンハンバーグ きゃべつ 人参 きゅうり じゃがいも わかめ 豆腐 果物

◎米飯は離乳食の進みと月齢に合わせておかゆ、軟飯、ごはんのいずれかで提供しています。

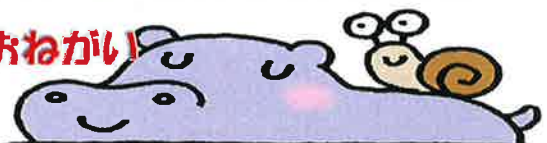
◎材料、その他の都合により、献立が変更になる場合がありますのでご了承ください。

手づかみ食べを しっかりさせましょう



10か月ごろになると、食べ物を手づかみで食べようとする赤ちゃんが増えてきます。手づかみ食べは、「自分で食べる」ことのスタートですから、積極的にさせたいもの。ゆでだにんじんやトーストなどをスティック状に切ったもの、ひと口大のおにぎりなど、手づかみしやすいメニューを用意しましょう。手づかみ食べをしっかりとさせることで、自分で食べる意欲が育ちます。

おねがい



食べ物によるアレルギー症状や体質的に留意が必要な場合はすぐにお知らせください。食材除去食、対応食を用意します。アレルギーの場合は医師の所見等も添えて詳細にお知らせください。