



# 給食こんだて



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。

(作者)栄養士 野原正子

日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ 午前(1~2歳児) 午後(1~5歳児)	おもな材料(昼食)		
			あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくなる				あか 血や肉・骨と なる	きいろ 熱や力と なる	みどり 体の調子を よくなる
1 木	ごはん(強化米入り) 鶏のから揚げ かぼちゃのそぼろ煮 温サラダ みそ汁 スイカ	りんご くずもち 保育乳	鶏もも肉 豚ひき肉 わかめ	精白米 強化米	かぼちゃ 玉ねぎ キャベツ ブロッコリー へちま スイカ	16 金	のりごはん レバーの竜田揚げ 人参シリシリ(ゴーヤー入り) もずくの酢物 みそ汁 パナナ	せんべい お麩ラスク はっ酵乳	豚レバー 豚肉 もずく 油揚げ	精白米 白ゴマ じゃが芋	人参 ブロッコリー にがり もやし オクラ ニラ バナナ
2 金	黒米ごはん 豚肉のみそ焼き こんにやくのソテー ポテの甘辛揚げ すまし汁 ネーブル	せんべい オートミールスナック 保育乳	豚肩ロース 鶏ささみ わかめ 豆腐	精白米 黒米 強化米 じゃが芋	赤ピーマン 玉ねぎ 糸こんにやく 人参 小松菜 Hコーン缶 たけのこ ネーブル	17 土	ごはん(強化米) 麻婆豆腐 きゅうりの中華風 コーンスープ ネーブル	*** はちや棒 保育乳	豆腐 豚ひき肉	精白米 強化米	生しいたけ 人参 ニラ 玉ねぎ たけのこ きゅうり コーン缶 ほうれん草
3 土	鶏肉のあんかけ丼 スティックきゅうり(マヨ) みそ汁 ネーブル	*** 亀の甲せんべい 保育乳	鶏もも肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米	干しいたけ 玉ねぎ 人参 Hコーン缶 きゅうり 大根 ネギ ネーブル	19 月	黒米ごはん さばのみそ焼き きんぴらごぼう ブロッコリー ネーブル すまし汁	せんべい ポテト磯辺揚げ アイスクリーム	さば 豚肉 わかめ 絹ごし豆腐	精白米 黒米 強化米 白ゴマ	ごぼう 人参 ニラ 糸こんにやく ほんしめじ ブロッコリー たけのこ ネーブル
5 月	黒米ごはん 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ マカロニサラダ みそ汁 ネーブル	せんべい ジャム入りマフィン 保育乳	豚もも肉 竹小町 ツナ缶 わかめ 調整豆乳	精白米 黒米 強化米 マカロニ	赤ピーマン 玉ねぎ 人参 ブロッコリー もやし パンイン缶 りんご	20 火	マーজনごはん 麻婆なす 芋とひじきのサラダ 魚のみそ汁 スイカ	バナナ シナモントースト 保育乳	豆腐 豚ひき肉 干ひじき 白身魚	精白米 強化米 もちきび さつま芋	なす 玉ねぎ 人参 大根 ニラ スイカ
6 火	マージンごはん 魚のマヨネーズ焼き 切干大根のイリチー ほうれん草のゴマあえ もずくスープ パナナ	りんご 揚げパン 保育乳	白身魚 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	精白米 強化米 もちきび 白すりごま	玉ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにやく ほうれん草 えのきたけ	21 水	夏野菜ポークカレー スティックきゅうり コーンスープ ネーブル	せんべい もずくの天ぷら 保育乳	豚肩ロース もずく 竹小町	精白米 強化米 じゃが芋	人参 なす 玉ねぎ へちま ピーマン きゅうり コーン缶 キャベツ
7 水	七夕寿司 お星様ハンバーグ 人参グラッセ(飾り切り) 温サラダ メロン すまし汁	せんべい お星様クッキー たなばたゼリー	鮭フレーク 豚ひき肉 牛ひき肉	精白米 そうめん	人参 Hコーン缶 玉ねぎ 人参 トマト キャベツ ブロッコリー メロン	24 土	ハヤシライス(ささみ) ブロッコリー(マヨ) すまし汁② ネーブル	*** くる棒 保育乳	鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	精白米 強化米 じゃが芋	玉ねぎ GP ブロッコリー たけのこ ネーブル
8 木	ごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャップあん ゴーヤーチャンプルー もずくの酢物 みそ汁 ネーブル	りんご 蒸し芋 保育乳	白身魚 豆腐 卵 もずく わかめ	精白米 強化米 さつま芋	にがり 人参 玉ねぎ しめじ きゅうり とうが ネーブル	26 月	納豆ごはん 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢あえ すまし汁 ネーブル	せんべい マシュマロサンド 保育乳	ひびきわり 納豆 白身魚 鶏ささみ	精白米 強化米 白ゴマ そうめん	かぼちゃ さやいんげん 切干大根 人参 きゅうり ごぼう
9 金	ロールパン 鮭のタルタル焼き 温サラダ 鶏と野菜の豆乳スープ バナナ	せんべい おにぎり(じゃこおかか) 保育乳	鮭 鶏ささみ 調整豆乳 しらす干し	ロールパン (超熱)	玉ねぎ Hコーン缶 トマト ブロッコリー かぼちゃ キャベツ 玉ねぎ	27 火	黒米ごはん 鶏のから揚げ 人参シリシリ マッシュポテト 春雨スープ スイカ	バナナ ゼリー(オレンジ) 乾パン 保育乳	鶏もも肉 豚肉 ツナ缶 鶏ささみ	精白米 黒米 強化米 じゃが芋 春雨	人参 ブロッコリー もやし たけのこ 白菜 スイカ
10 土	へちまどんぶり(強化米) カリカリきゅうり わかめスープ ネーブル	*** メロンパン 保育乳	鶏ひき肉 わかめ	精白米 強化米 白ゴマ	人参 玉ねぎ しめじ へちま 小松菜 ニラ きゅうり ネーブル	28 水	ごはん(のり佃煮) 肉みそ豆腐 ひじきの五目煮 カリカリきゅうり 鶏肉汁 パナナ	せんべい ゴマ風味焼き菓子 保育乳	厚揚げ 豚ひき肉 竹小町 干ひじき 鶏もも肉	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 きゅうり さやいんげん とうが ん バナナ
12 月	マージンごはん 肉じゃが ひじきサラダ みそ汁 ネーブル	せんべい 黒糖アガラサー 保育乳	豚肉 干ひじき 油揚げ わかめ	精白米 強化米 もちきび じゃが芋 白ゴマ	糸こんにやく 玉ねぎ 人参 GP しめじ きゅうり Hコーン缶 とうが	29 木	もずくどんぶり ちくわの磯辺揚げ ブロッコリーとトマトのごまあえ みそ汁 メロン	りんご アップルケーキ 保育乳	もずく 豚ひき肉 竹小町 豆腐 調整豆乳	精白米 強化米	オクラ 赤ピーマン Hコーン缶 ブロッコリー トマト へちま メロン
13 火	スパゲティミートソース ブロッコリーのしらすあえ 粉ふき芋 すまし汁 桃缶	バナナ ヨーグルト入リスコーン 保育乳	牛ひき肉 豚ひき肉 絹ごし豆腐	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン ブロッコリー えのきたけ 桃缶	30 金	冷やし中華 ポイルウィンナー パンブキンサラダ ネーブル	せんべい いなり寿司 保育乳	鶏ささみ ウィンナー	中華めん すりごま じゃが芋	赤ピーマン きゅうり かぼちゃ ネーブル
14 水	豚肉ピビンバ くずきりの甘酢あえ みそ汁 スイカ	せんべい バナナケーキ 保育乳	豚もも肉 わかめ ハム	精白米 強化米 白ゴマ くずきり	Hコーン缶 チンゲン菜 もやし 人参 きゅうり とうが ん スイカ	31 土	タコライス 野菜スープ ネーブル	*** 職員研修 13時までの保育	豚ひき肉 ピザチーズ	精白米 強化米	玉ねぎ 人参 トマト レタス キャベツ えのきたけ ほうれん草 ネーブル
15 木	弁当会	バナナ ココア蒸しパン 保育乳					★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。 ★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。 ★「離乳食の献立表」は、該当者だけに配布しています。 ★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。				



# 離乳食こんだて

【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)	
月令	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 木	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ブロッコリーすり流し すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ ささみ ブロッコリー りんご 人参 わかめ スイカ	かぼちゃがゆ 鶏ささみのりんご煮 人参の汁(みそ風味) スイカ	かぼちゃがゆ 手づかみかぼちゃ 鶏ささみのりんご煮 みそ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) マッシュポテト 魚とトマトのスープ りんご 米 じゃが芋 ブロッコリー 白身魚 玉ねぎ トマト 人参 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 マッシュポテト 魚とトマトのスープ りんご
3 金	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し ポテト・小松菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 小松菜 ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 絹ごし豆腐 あおさ ネーブル	菜がゆ 鶏と野菜のうま煮 豆腐のすまし汁 ネーブル	菜がゆ 鶏と野菜のうま煮 豆腐のすまし汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 コーンポタージュ りんご 米 白身魚 小松菜 じゃが芋 人参 玉ねぎ Gコーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 コーンポタージュ りんご
3 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーすり流し すまし汁 (主な材料) 米 ツナ缶 人参 ブロッコリー 玉ねぎ 大根 絹ごし豆腐 わかめ ネーブル	おじや 大根と豆腐の汁(みそ風味) ネーブル	おじや 大根と豆腐のみそ汁 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) チキンスープ りんご 米 ブロッコリー ささみ じゃが芋 人参 玉ねぎ Gコーン缶 りんご	みどりがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ りんご
5 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のミルク煮 とうがんとすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 とうがん わかめ ネーブル	全がゆ 魚と野菜のうま煮 とうがん汁 ネーブル	全がゆ 魚と野菜のうま煮 みそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 炒り豆腐 ポテトスープ りんご 米 豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 Gコーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 ポテトスープ りんご
6 火	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 白身魚 じゃが芋 青のり あおさ パナナ	みどりがゆ 白身魚のポテト煮 すまし汁 バナナ	みどりがゆ 白身魚のポテト煮 すまし汁 手づかみポテト バナナ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 ポテト汁(みそ風味) りんご 米 絹ごし豆腐 玉ねぎ 人参 じゃが芋 わかめ りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐と野菜のうま煮 みそ汁 りんご
7 水	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト ブロッコリーペースト すまし汁 (主な材料) 米 キャベツ ブロッコリー 白身魚 そうめん 人参 パナナ	野菜がゆ(べたべた) 白身魚のケチャップ風味 そうめん汁 バナナ	野菜がゆ 白身魚のケチャップ風味 そうめん汁 バナナ	全がゆ(べたべた) ポテトだし煮 野菜の汁(みそ風味) ゆるゆるりんごゼリー 米 じゃが芋 青のり キャベツ 人参 あおさ りんご 粉寒天	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトだし煮 みそ汁 ゆるゆるりんごゼリー
8 木	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し とうがんとすり流し すまし汁 (主な材料) 米 あおさ 白身魚 人参 とうがん サラダ菜 ネーブル	あおさがゆ(べたべた) 白身魚と人参だし煮 とうがん汁(みそ風味) ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあん みそ汁 ネーブル	野菜がゆ(べたべた) 人参トマト煮 豆腐の汁(みそ風味) スイカ 米 キャベツ なす 人参 玉ねぎ トマト缶 絹ごし豆腐 わかめ スイカ	野菜がゆ ⇒ 軟飯 人参トマト煮 豆腐のみそ汁 スイカ
9 金	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト ブロッコリーペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 白身魚 ブロッコリー かぼちゃ 玉ねぎ パナナ	人参がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 かぼちゃスープ バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 かぼちゃスープ バナナ	おじや 人参のしらすあえ みそ汁 りんご 米 ツナ缶 玉ねぎ ブロッコリー 人参 しらす干し あおさ 豆腐 りんご	おじや 人参のしらすあえ みそ汁 りんご
10 土	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト じゃが芋ペースト すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 Gコーン缶 レタス 人参 きゅうり じゃが芋 玉ねぎ ネーブル	リゾット風 きゅうりのおかか煮 ポテトスープ ネーブル	リゾット風 きゅうりのおかか煮 ポテトスープ ネーブル	全がゆ(べたべた) かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 りんご 米 ささみ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 りんご
12 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 ブロッコリー とうがん わかめ ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 とうがん汁(みそ風味) ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあん みそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) とうがんツナ煮 くたくたそうめん汁 りんご 米 とうがん キャベツ ツナ缶 そうめん 人参 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんツナ煮 そうめん汁 りんご
13 火	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し トマトペースト ポテトすり流し 野菜スープ (主な材料) 米 白身魚 玉ねぎ 人参 トマト じゃが芋 ブロッコリー Gコーン缶 ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のトマト煮 ブロッコリースープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 ブロッコリースープ ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 ポテトの汁(みそ風味) バナナ 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 じゃが芋 わかめ パナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のみどり煮 みそ汁 手づかみポテト バナナ
14 水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト チンゲン菜ペースト (主な材料) 米 チンゲン菜 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 豆腐 わかめ とうがん スイカ	菜がゆ(べたべた) ツナじゃが風 豆腐の汁(みそ風味) スイカ	菜がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが風 手づかみポテト 豆腐のみそ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) とうがんそぼろ煮風 野菜スープ りんご 米 とうがん 玉ねぎ ささみ 人参 チンゲン菜 Gコーン缶 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんそぼろ煮風 野菜スープ りんご

※ 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。

回数	1回食（午前）			2回食（午後）	
月令	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 ブレンヨーグルト状(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 木	<b>弁当会</b> 			納豆がゆ(べたべた) ポテト団子 野菜スープ りんご <small>米 ひき割り納豆 ジャが芋 ほうれん草 人参 サラダ菜 豆腐 りんご</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ポテト団子 野菜スープ りんご
16 金	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚すり流し 根菜ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚</small>	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 あおさ汁(みそ風味) ネーブル <small>じゃが芋 人参 玉ねぎ あおさ 麩 ネーブル</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と野菜のスープ煮 みそ汁 ネーブル	のりがゆ(べたべた) チキンクリームスープ バナナ <small>米 青のり 鶏肉 ジャが芋 玉ねぎ 人参 ブロッコリー コーン缶 パナナ</small>	のりがゆ ⇒ 軟飯 チキンクリームスープ バナナ
17 土	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 <small>(主な材料) 米 コーン缶 玉ねぎ 人参 豆腐 ほうれん草 わかめ</small>	コーンがゆ 豆腐の汁(みそ風味) ネーブル	コーンがゆ 豆腐のみそ汁 ネーブル	かぼちゃがゆ(べたべた) チキンスープ りんご <small>米 かぼちゃ ささみ ジャが芋 人参 玉ねぎ りんご</small>	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ りんご
19 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し ブロッコリーペースト 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー</small>	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 たくたくそうめん汁 ネーブル <small>玉ねぎ そうめん 人参 ネーブル</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあんかけ たくたくそうめん汁 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 炒り豆腐 みそ汁 ミルクゼリー <small>米 ブロッコリー 豆腐 玉ねぎ 人参 ジャが芋 わかめ ミルク</small>	みどりがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 ミルクゼリー 
20 火	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 <small>(主な材料) 米 絹ごし豆腐 なす さつま芋 人参 大根 パナナ</small>	全がゆ(べたべた) 豆腐の野菜あんかけ 大根汁(みそ風味) バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 手づかみ大根 バナナ	パンがゆ⇒ココロトースト 魚と野菜スープ りんご <small>食パン ささみ ジャが芋 人参 玉ねぎ キャベツ コーン缶 りんご</small>	スティックトースト 魚と野菜スープ りんご
21 水	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 ささみ りんご ブロッコリー ジャが芋 玉ねぎ ネーブル</small>	全がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 ポテトスープ ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏ささみのりんご煮 ポテトスープ 手づかみポテト ネーブル	全がゆ(べたべた) ツナじゃが 魚のみそ汁 スイカゼリー <small>米 ジャが芋 人参 ツナ缶 キャベツ あおさ 白身魚 スイカ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ツナじゃが 魚のみそ汁 スイカゼリー
24 土	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 <small>(主な材料) 米 人参 玉ねぎ ジャが芋 ツナ缶 コーン缶 絹ごし豆腐 小松菜</small>	おじや コーンスープ ネーブル	おじや コーンスープ ネーブル 	全がゆ(べたべた) かぼちゃそぼろ煮風 あおさ汁(みそ風味) りんご <small>米 かぼちゃ 玉ねぎ ささみ あおさ 人参 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 りんご
26 月	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のすり流し かぼちゃペースト 野菜スープ <small>(主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 人参 玉ねぎ そうめん</small>	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 たくたくそうめん汁 ネーブル	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のうま煮 そうめん汁 ネーブル	納豆がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ りんご <small>米 ひき割り納豆 ささみ 人参 ジャが芋 かぼちゃ コーン缶 りんご</small>	納豆がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ りんご
27 火	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 <small>(主な材料) 米 ブロッコリー 豆腐 玉ねぎ 人参 ジャが芋 わかめ スイカ</small>	みどりがゆ(べたべた) あけぼの豆腐 ポテトの汁(みそ風味) スイカ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 あけぼの豆腐 みそ汁 スイカ	全がゆ(べたべた) ポテトそぼろ煮風 ブロッコリースープ バナナ <small>米 ジャが芋 玉ねぎ 人参 ささみ ブロッコリー コーン缶 パナナ</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 ブロッコリースープ バナナ
28 水	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 冬瓜すり流し 野菜スープ <small>(主な材料) 米 とうがん 玉ねぎ ささみ 人参 コーン缶 パナナ</small>	全がゆ(べたべた) とうがんそぼろ煮風 人参スープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんそぼろ煮風 人参スープ 手づかみ人参 バナナ	あおさがゆ(べたべた) 魚のみどり煮 とうがん汁 ネーブル <small>米 あおさ 白身魚 ほうれん草 とうがん 人参</small>	あおさがゆ ⇒ 軟飯 魚のみどり煮 みそ汁 ネーブル
29 木	10倍がゆ(とろとろ) 大根ペースト 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 ブロッコリー 人参 ツナ缶 きゅうり 豆腐 わかめ</small>	おじや きゅうりのおかか煮 豆腐の汁 ネーブル	おじや きゅうりのおかか煮 みそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) ひき割り納豆 野菜スープ りんご <small>米 ひき割り納豆 ジャが芋 人参 玉ねぎ ささみ コーン缶 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ りんご
30 金	10倍がゆ(とろとろ) ポテトペースト ブロッコリーペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 あおさ ささみ ジャが芋 玉ねぎ ブロッコリー かぼちゃ</small>	あおさがゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ かぼちゃ寒天 ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ かぼちゃ寒天 ネーブル	全がゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 たくたくそうめん汁 りんご <small>米 ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 ジャが芋 そうめん 人参 りんご</small>	全がゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 たくたくそうめん汁 りんご
31 土	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 人参ペースト すまし汁 <small>(主な材料) 米 玉ねぎ 人参 キャベツ ツナ缶 鶏肉 コーン缶 ほうれん草</small>	おじや 鶏と野菜のスープ ネーブル	おじや 鶏と野菜のスープ ネーブル	職員研修の為、13時までの保育 	

♡食事はマナーよりも楽しさ優先で♡ ... 食事は、楽しく食べることがいちばんです。この時期は、まだマナーは二の次で大丈夫。大人と一緒にの食卓で、和やかに会話をしながら食事をさせましょう。食べこぼしが気になる場合は、テーブルの下にシートを敷きましょう。

