



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

平成29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 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	炊き込みごはん ポイルウィンナー 温サラダ みそ汁 ネーブル	ふかし芋 ミルク	鶏もも肉 油揚げ ウィンナー わかめ	米 麦	人参 ねぎ ブロッコリー キャベツ コーン缶 とうがんと ネーブル	18	麦ごはん 豚肉のみそ焼き ひじきの五目煮 スティックきゅうり	シナモントースト ミルク	豚もも肉 ちくわ 大豆 ひじき	米 麦 そうめん	玉ねぎ サラダ菜 人参 コンニャク ニラ きゅうり ネギ ネーブル
3	夏野菜カレー ヨーグルトサラダ カリカリきゅうり わかめスープ	ミニマドレーヌ ミルク	鶏ささみ Pヨーグルト わかめ	米 麦 じゃが芋	人参 五ネギ マッシュルーム へちま ピーマン なす りんご バナナ	19	麦ごはん 魚の照り焼き フライドポテト 麩とゴーヤーの炒め もずくスープ	きなこクッキー ミルク	赤魚 卵 ポーク缶 絹ごし豆腐	米 麦 じゃが芋 麩	にがり 人参 もやし 五ネギ とうがんと ネギ メロン
4	鶏肉の照り焼き丼 フライドポテト 枝豆 みそ汁 スイカ	ちんぴん ミルク	鶏もも肉	精白米 カルライナス じゃが芋	人参 さやいんげん 枝豆 へちま スイカ	20	おべんとう会	いなり寿司 ほうじ茶			
5	麦ごはん(しらすふりかけ) 魚のコーン風味焼き 切干大根のイリチー なめこ汁 ネーブル	フランスパン (ジャム) 固形ヨーグルト	しらす干し 白身魚 豚肉 絹ごし豆腐 わかめ	米 麦	クリームコーン缶 切干大根 かんぴょう 人参 コンニャク なめこ 小松菜 ネーブル	21	麦ごはん 豚肉のしょうが焼き ブロッコリー炒め ゴマじゃが	スティック揚げ菓子 ミルク	豚肉 かまぼこ 豆腐 わかめ	米 麦	赤ピーマン 玉ねぎ ブロッコリー コーン缶 キャベツ 人参 へちま スイカ
6	麦ごはん チキンてり焼き かぼちゃの煮物 ゆし豆腐	大学芋 ミルク	鶏肉 あおさ ゆし豆腐	米 麦	五ネギ かぼちゃ しめじ コーン缶 レタス トマト ネーブル	22	レタスごはん 春雨サラダ ゆし豆腐 ネーブル	アンパンマン せんべい バナナ ミルク	鮭フレーク 鶏肉 ゆし豆腐	米 麦 春雨	レタス もやし きゅうり 人参 ネギ ネーブル
7	七夕そうめん 豆腐のかき揚げ ヨーグルトサラダ	お星様クッキー 天の川ゼリー	鶏ささみ 卵 豆腐 ちくわ Pヨーグルト	そうめん	人参 トマト きゅうり ピーマン にがり しいたけ バナナ りんご	24	冷やし中華 ポテトのチーズ煮 枝豆 スイカ	しらすおにぎり ミルク	鶏肉 卵 ちくわ チーズ	中薬めん じゃが芋	きゅうり レタス 人参 コーン缶 五ネギ GP 枝豆 スイカ
8	ハヤシライス スティックきゅうり すまし汁 ネーブル	亀の甲せんべい バナナ ミルク	鶏肉 わかめ	米 麦 じゃが芋	玉ねぎ 人参 マッシュルーム コーン缶 GP きゅうり たけのこ ネーブル	25	じゃこ入り梅ごはん さばの塩焼き きんぴらごぼう みそ汁	くずもち ミルク	さば ちくわ 絹ごし豆腐 わかめ	米 麦	梅干し 白ゴマ 青しそ ごぼう 人参 こんにゃく 枝豆 しめじ
10	麦ごはん 鶏肉のさっぱり煮 春雨の中華炒め みそ汁 スイカ	ヨーグルト風味 ケーキパン ミルク	鶏肉 豚肉 わかめ 油揚げ	米 麦 カルライナス 春雨	人参 人参 キャベツ しめじ さやいんげん ブロッコリー ニラ スイカ	26	へちまどんぶり ヨーグルトサラダ ポイルウィンナー みそ汁	田芋パン ミルク	鶏ひき肉 Pヨーグルト わかめ 油揚げ ウィンナー	米 麦	人参 玉ねぎ しめじ へちま オクラ えのきだけ 小松菜 バナナ
11	麦ごはん 揚げ魚のケチャップあん なすと豚肉のみそ炒め もずくスープ	レモンラスク ミルク	白身魚 豚肉 もずく	米 麦 カルライナス	サラダ菜 なす 人参 玉ねぎ みつば たけのこ トマト ネーブル	27	麦ごはん 沖縄風煮つけ 梅肉あえ みそ汁	ちんぴん アイスクリーム	豚肉 厚揚げ 昆布	米 麦 カルライナス	とうがんと しめじ 人参 きゅうり もやし 梅干し へちま ネーブル
12	スパゲティミートソース きゅうりとしらすの甘酢 コーンスープ スイカ	みそおにぎり ミルク	ひき肉 しらす干し わかめ 卵	スパゲティ	人参 玉ねぎ マッシュルーム トマト セロリ ピーマン きゅうり コーン缶	28	あわごはん 麻婆豆腐 パンキンサラダ コーンスープ	パースデーケーキ ミルク	豆腐 ひき肉 卵	米 麦 あわ じゃが芋	人参 しいたけ 玉ねぎ たけのこ ニラ かぼちゃ コーン缶 ネーブル
13	麦ごはん レバーフライ 人参シリシリー あおさ汁	かるかん ミルク	豚レバー 卵 鶏肉 卵 あおさ 豆腐	米 麦	人参 ブロッコリー もやし コーン缶 サラダ菜 トマト ネーブル	29	カレーピラフ チーズ トマトサラダ みそ汁	ぼたぼた焼き バナナ ミルク	鶏肉 チーズ 絹ごし豆腐 わかめ	米 麦	人参 マッシュルーム コーン缶 GP レタス きゅうり トマト えのきだけ
14	麦ごはん 豆腐ハンバーグ マカロニサラダ パンキンスープ	ごま風味 焼き菓子 ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 豆腐 鶏肉	米 麦 じゃが芋 マカロニ	五ネギ ピーマン りんご きゅうり パイン缶 レズン かぼちゃ 人参	31	枝豆ごはん 西京焼き 野菜チャンプルー すまし汁	人参蒸しパン ミルク	ひき肉 白身魚 豆腐 あおさ	米 麦	枝豆 人参 キャベツ ネギ もやし 玉ねぎ しいたけ たけのこ

★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、該当者だけにお配りしています。
★食物アレルギー対応食は、医師の診断書に基づき実施しています。
★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。



平成29年7月号

(作成者) 栄養士 野原正子

***** 一緒に食べる“共食”の楽しさを感じて *****

家族や仲間との食事で、「楽しい気分になった!いつもの食事がおいしく感じられた!」誰もが感じる、食の楽しさです。また、おいしいと感じることは、過去の経験に基づく記憶と関連しているといわれます。子どもが多様な味わいを覚えるために、誰かと一緒に食べる“幸福で有意義な時間”を持ちたいですね。

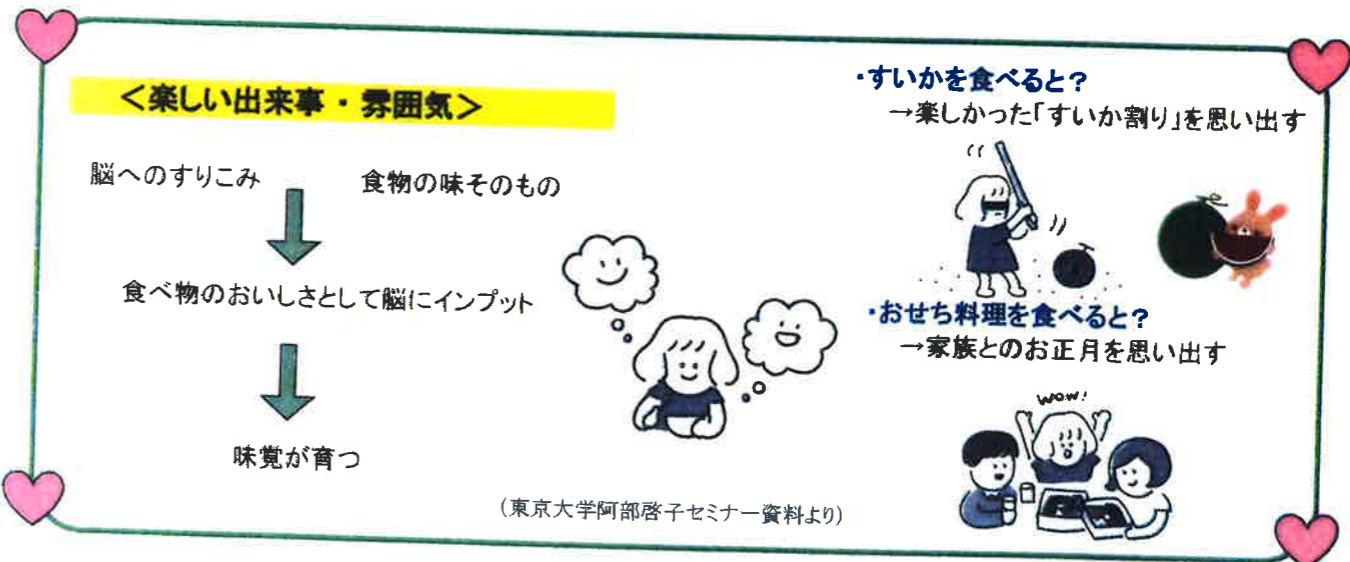


◆記憶と食べ物との関係

アメリカの心理学者ゴートン・H・パウワーは、幸福な時には幸福な時のことを思い出すことが容易になり、不幸な時には不幸な時の記憶を思い起こすことが容易になることを発見しました。



これは、ある特定の食べ物を食べるという行為が、子どもにとっても幸福な雰囲気の中で行われれば、その食べものを見た時、幸福な記憶として思い起こされる可能性が高まることにつながります。



★肉みそスパゲティ (給食の献立から... 園児5人分)

< 園児1人分 255 kcal >

- 【材料】
- スパゲティ 200 g
 - 油
 - もやし 50 g
 - グリーンピース(冷) 10 g
 - (肉みそ) * 人参 25 g
 - * 豚ひき肉 125 g
 - * 玉ねぎ 125 g
 - * 水 175 g
 - * 砂糖 5 g
 - * みりん 4 g
 - * しょうゆ 6 g
 - * みそ(赤みそ+白みそ) 20 g
 - * 片くり粉 7.5 g

- 【作り方】
- ① スパゲティは茹でる。
 - ② もやしは、1.5cm位に切って湯通しする。(水にはさらしません)
 - ③ 鍋に油を熱し、もやし、グリーンピース以外の具を炒め、水を入れて煮る。調味料を加え、味つけをする。片くり粉で加減しながら、とろみをつける。
 - ④ 茹であがったスパゲティに③の肉みそともやし、グリーンピースをのせる。

※ミートソースが大好きな子ども達、肉みそ味もまた格別ですよ。😊



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

【平成29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)	
	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
1	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ とうがんと人参ペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 とうがんと人参 鶏ささみ ブロッコリー わかめ ネーブル	全がゆ 鶏肉とブロッコリー煮物 とうがんと人参のみそ汁 ネーブル	全がゆ⇒軟飯 鶏肉とブロッコリー煮物 とうがんと人参のみそ汁 ネーブル	おじや ひき割り納豆 きやべつのスープ りんご (主な材料) 米 ブロッコリー 玉ねぎ ツナ缶 ひき割り納豆 キャベツ 人参 りんご	おじや ひき割り納豆 きやべつのスープ りんご
3	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 鶏ささみ サラダ菜 人参 大豆 そうめん ネーブル	鶏がゆ 人参と大豆のつぶし たくたくそうめん汁 ネーブル	鶏がゆ⇒軟飯 ひじきの煮物 たくたくそうめん汁 ネーブル	人参がゆ きゅうりのおかか煮 豆腐のみそ汁 りんご	人参がゆ⇒軟飯 きゅうりのおかか煮 豆腐のみそ汁 りんご
4	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 じゃが芋 人参 鶏ささみ 鮎 わかめ へちま スイカ	全がゆ 根菜そぼろ煮 みそ汁 スイカ	全がゆ⇒軟飯 根菜そぼろ煮 みそ汁 スイカ	全がゆ 炒り豆腐 かぼちゃスープ バナナ (主な材料) 米 豆腐 玉ねぎ 人参 枝豆 かぼちゃ バナナ	全がゆ⇒軟飯 炒り豆腐 かぼちゃスープ バナナ
5	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚と人参のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 絹ごし豆腐 わかめ 小松菜 ネーブル	全がゆ 白身魚の人参のだし煮 豆腐のみそ汁 ネーブル	全がゆ⇒軟飯 白身魚の人参のだし煮 豆腐のみそ汁 ネーブル	パンがゆ→コロコロトースト ポテトポタージュ バナナ (主な材料) 食パン じゃが芋 玉ねぎ 人参 クリームコーン缶 バナナ	スティックトースト ポテトポタージュ バナナ
6	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ かぼちゃペースト トマトペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ トマト レタス ささみ ゆし豆腐 あおさ りんご	菜がゆ かぼちゃとささみの煮物 ゆし豆腐 りんご	全がゆ⇒軟飯 かぼちゃとささみの煮物 ゆし豆腐 りんご	おじや 人参とさつま芋のみそ汁 ネーブル	おじや 人参とさつま芋の重ね煮 みそ汁 ネーブル
7	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参・バナナペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 玉ねぎ そうめん バナナ	全がゆ 炒り豆腐 そうめん汁 バナナ	全がゆ⇒軟飯 炒り豆腐 そうめん汁 バナナ	魚入りおじや みそ汁 ゆるゆるりんごゼリー (主な材料) 米 白身魚 じゃが芋 人参 玉ねぎ 鮎 わかめ りんご	魚入りおじや みそ汁 ゆるゆるりんごゼリー
8	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト ポテトすり流し すまし汁 (主な材料) 米 人参 じゃが芋 鶏ささみ 玉ねぎ 人参 わかめ 鮎 ネーブル	おじや すまし汁 ネーブル	全がゆ⇒軟飯 すまし汁 ネーブル	人参がゆ 煮魚 ポテトスープ りんご (主な材料) 米 人参 白身魚 じゃが芋	人参がゆ⇒軟飯 煮魚 ポテトスープ りんご
10	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 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 人参 ブロッコリー じゃが芋 わかめ スイカ	みどりがゆ 豆腐と人参のおろし煮 みそ汁 スイカ	みどりがゆ⇒軟飯 豆腐と人参のおろし煮 みそ汁 スイカ	全がゆ きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご (主な材料) 米 きゅうり 鶏ささみ じゃが芋 人参 りんご	全がゆ⇒軟飯 きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご
11	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ トマトペースト 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 トマト 白身魚 なす 玉ねぎ わかめ バナナ	トマトがゆ なすのやわらか煮 人参スープ バナナ	トマトがゆ⇒軟飯 なすのやわらか煮 人参スープ バナナ	パンがゆ→コロコロトースト チキン野菜スープ りんご	スティックトースト チキン野菜スープ りんご
12	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 じゃが芋 人参 玉ねぎ ツナ缶 トマト クリームコーン缶 メロン	リゾット風 ポテトスープ メロン	リゾット風 ポテトスープ メロン	しらすがゆ 炒り豆腐 みそ汁 りんご (主な材料) 米 しらす干し 豆腐 人参 玉ねぎ じゃが芋 わかめ りんご	しらすがゆ⇒軟飯 炒り豆腐 みそ汁 りんご
13	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 豆腐のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 絹ごし豆腐 ブロッコリー 人参 あおさ 鮎 ネーブル	全がゆ 豆腐の二色あえ あおさ汁 ネーブル	レバーがゆ⇒軟飯 豆腐の二色あえ あおさ汁 ネーブル	菜がゆ ポテトスープ りんご入り蒸しパン (主な材料) 米 サラダ菜 じゃが芋 人参 ツナ缶 クリームコーン缶 HBCメックス粉 りんご	菜がゆ⇒軟飯 ポテトスープ りんご入り蒸しパン
14	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 とうがんと人参 わかめ 豆腐 スイカ	人参がゆ 魚ととうがんの煮物 みそ汁 スイカ	人参がゆ⇒軟飯 魚ととうがんの煮物 みそ汁 スイカ	納豆がゆ 野菜のスープ ミルクゼリー (主な材料) 米 ひき割り納豆 じゃが芋 人参 玉ねぎ ミルク	納豆がゆ⇒軟飯 野菜のスープ ミルクゼリー



【NO2】 離乳食こんだて (平成29年 7月)

回数	1回食 (午前)			2回食 (午後)	
	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
月令	5・6ヶ月頃 (開始後1ヶ月間)	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃	7・8ヶ月頃	9・10・11ヶ月頃
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ	舌でつぶせる固さ	歯ぐきでつぶせる固さ
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
15	<h2>いちごえっこまつり</h2>				
18	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 じゃが芋 人参 鶏ささみ なす クリームコーン缶 Pヨーグルト バナナ	人参がゆ 野菜スープ バナナ	人参がゆ⇒軟飯 野菜スープ バナナ	きなこがゆ きゅうりのおかか煮 マカロニスープ りんご (主な材料) 米 きゅうり マカロニ 人参 玉ねぎ トマト りんご	きなこがゆ⇒軟飯 きゅうりのおかか煮 マカロニスープ りんご
19	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 じゃが芋 あおさ 鮎 メロン	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁 メロン	全がゆ⇒軟飯 白身魚と野菜の煮物 すまし汁 メロン	納豆がゆ 豆腐と野菜のスープ バナナ (主な材料) 米 ひき割り納豆 豆腐 人参 じゃが芋 玉ねぎ トマト バナナ	納豆がゆ⇒軟飯 豆腐と野菜のスープ バナナ
20	<h2>おべんとう会</h2>				
21	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 根菜ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 じゃが芋 しらす干し 玉ねぎ 鶏ささみ わかめ スイカ	しらすがゆ ポテトそぼろ煮 みそ汁 スイカ	しらすがゆ⇒軟飯 ポテトそぼろ煮 みそ汁 スイカ	みどりがゆ 魚と野菜のスープ煮 キャベツスープ りんご (主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 人参 玉ねぎ キャベツ りんご	みどりがゆ⇒軟飯 魚と野菜のスープ煮 キャベツスープ りんご
22	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 レタス 人参 鶏ささみ ゆし豆腐 ネーブル	おじや ゆし豆腐 ネーブル	おじや ゆし豆腐 ネーブル	全がゆ 茹で人参のきなこ風味 みそ汁 りんご (主な材料) 米 人参 きなこ レタス 鶏ささみ りんご	全がゆ⇒軟飯 茹で人参のきなこ風味 みそ汁 りんご
24	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ かぼちゃペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 人参 玉ねぎ 鶏ささみ わかめ バナナ	全がゆ かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 バナナ	全がゆ⇒軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 バナナ	菜がゆ さつま芋団子 豆腐と人参のスープ りんご (主な材料) 米 小松菜 さつま芋 人参 豆腐 きなこ りんご	菜がゆ⇒軟飯 さつま芋団子 豆腐と人参のスープ りんご
25	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 絹ごし豆腐 わかめ 鮎 スイカ	全がゆ 白身魚の人参のうま煮 豆腐のみそ汁 スイカ	全がゆ⇒軟飯 白身魚の人参のうま煮 豆腐のみそ汁 スイカ	パンがゆ→コロコロトースト コーンポタージュ りんご (主な材料) 食パン クリームコーン缶 玉ねぎ 鶏ささみ りんご	スティックトースト コーンポタージュ りんご
26	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 レタス じゃが芋 鶏ささみ そうめん スイカ	菜がゆ ポテトそぼろ煮 そうめん汁 スイカ	菜がゆ⇒軟飯 ポテトそぼろ煮 そうめん汁 スイカ	しらすがゆ 人参のツナ煮 みそ汁 りんご (主な材料) 米 しらす干し 人参 玉ねぎ ツナ缶 わかめ 鮎 りんご	しらすがゆ⇒軟飯 人参のツナ煮 みそ汁 りんご
27	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 とうがんと人参 じゃが芋 わかめ りんご	人参がゆ 魚と冬瓜のだし煮 みそ汁 りんご	人参がゆ⇒軟飯 魚と冬瓜のだし煮 みそ汁 りんご	おじや かぼちゃポタージュ スイカゼリー (主な材料) 米 人参 とうがんと人参 ツナ缶 かぼちゃ クリームコーン缶 スイカ	おじや かぼちゃポタージュ スイカゼリー
28	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 じゃが芋 かぼちゃ 豆腐 玉ねぎ わかめ 鮎 ネーブル	かぼちゃがゆ 炒り豆腐 みそ汁 ネーブル	かぼちゃがゆ⇒軟飯 炒り豆腐 みそ汁 ネーブル	全がゆ 煮魚 ポテトのきな粉煮 りんご果汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 じゃが芋 きなこ りんご	全がゆ⇒軟飯 煮魚 ポテトのきな粉煮 りんご果汁
29	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 豆腐ペースト すまし汁 (主な材料) 米 人参 絹ごし豆腐 鶏肉 玉ねぎ わかめ バナナ	おじや 豆腐のみそ汁 バナナ	おじや 豆腐のみそ汁 バナナ	全がゆ ひき割り納豆 野菜スープ ネーブル (主な材料) 米 ひき割り納豆 レタス トマト 玉ねぎ GP ネーブル	全がゆ⇒軟飯 ひき割り納豆 野菜スープ ネーブル
31	10倍すりつぶしがゆ→7倍がゆ 白身魚のすり流し すまし汁 (主な材料) 米 白身魚 人参 キャベツ クリームコーン缶 ネーブル	全がゆ 白身魚のミルク煮 野菜スープ ネーブル	全がゆ⇒軟飯 白身魚のミルク煮 野菜スープ ネーブル	みそおじや 煮豆腐 すまし汁 りんご (主な材料) 米 人参 玉ねぎ ツナ缶 豆腐 あおさ りんご	みそおじや 煮豆腐 すまし汁 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。

