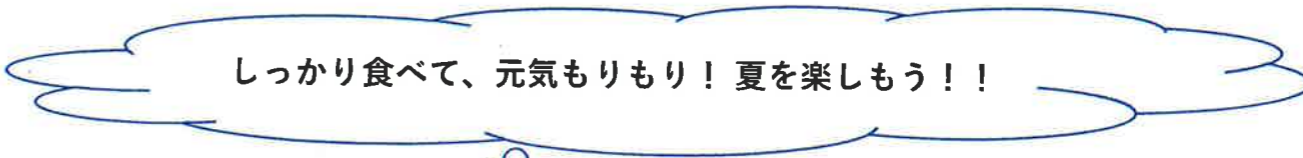


日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)			日曜	献立名	おやつ			おもな材料(昼食)		
		午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	ミルク	あか	きいろ	みどり			午前(1~2歳児)	午後(1~5歳児)	ミルク	あか	きいろ	みどり
1	ハヤシライス スティックきゅうり(マヨ) すまし汁 ネーブル	ミルク	星たべよ	ミルク	鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	鶏肉 わかめ 絹ごし豆腐	鶏肉 わかめ 絹ごし豆腐	18	豚肉ビビンバ くずきりの甘酢あえ みそ汁 スイカ	ミルク	マドレーヌ(メープル)	ミルク	豚肉 わかめ ハム 豆腐	豚肉 わかめ ハム 豆腐	豚肉 わかめ ハム 豆腐
3	ごはん(強化米入り) 豚肉のしょうが焼き 人参シリシリ(卵抜き) マカロニサラダ みそ汁 ネーブル	ミルク	オートミールスナック	ミルク	豚肉 竹小町(卵不使用) ツナ缶 わかめ	豚肉 竹小町(卵不使用) ツナ缶 わかめ	豚肉 竹小町(卵不使用) ツナ缶 わかめ	19	スパゲティミートソース コーンサラダ 粉ふき芋 すまし汁 ネーブル	ミルク	おにぎり(じゃこおかか)	ミルク	牛ひき肉 豚ひき肉 もずく 絹ごし豆腐 しらす干し	スパゲティ じゃが芋	人参 玉ねぎ トマト セロリ ピーマン Hコロン缶 ブロccoli
4	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 きゅうりのごまあえ もずくスープ バナナ	ミルク	揚げパン	ミルク	白身魚 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	白身魚 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	白身魚 豚肉 もずく 絹ごし豆腐	20	おべんとう会	ミルク	ツナマヨトースト	ミルク	豚肉切り肉 干ひき 油揚げ わかめ	豚肉切り肉 干ひき 油揚げ わかめ	玉ねぎ 切干大根 かんぴょう 人参 糸こんにゃく きゅうり えのきたけ
5	マージンごはん 和風ハンバーグ 昆布イリチー スライストマト そうめん汁 ネーブル	ミルク	さつま芋の蒸しパン	ミルク	豆腐 鶏ひき肉 干ひき 豚三枚肉	豆腐 鶏ひき肉 干ひき 豚三枚肉	豆腐 鶏ひき肉 干ひき 豚三枚肉	21	マージンごはん カレー肉じゃが ひじきサラダ みそ汁 ネーブル	ミルク	キャロットサンド	ミルク	豚肉切り肉 干ひき 油揚げ わかめ	豚肉切り肉 干ひき 油揚げ わかめ	玉ねぎ 人参 GP きゅうり 人参 Hコロン缶 とうがん
6	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	ミルク	くずもち	ミルク	鶏もも肉 豚ひき肉 わかめ	鶏もも肉 豚ひき肉 わかめ	鶏もも肉 豚ひき肉 わかめ	22	へちまどんぶり(強化米) わかめスープ ネーブル	ミルク	星たべよ バナナ ミルク	ミルク	鶏ひき肉 わかめ	鶏ひき肉 わかめ	人参 玉ねぎ しめじ へちま 小松菜 ニラ みつば
7	ごはん(強化米入り) 豚肉のみそ焼き こんにゃくのソテー ポテの甘辛揚げ すまし汁 ネーブル	ミルク	いちごジャム入りマフィン	ミルク	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	24	のりごはん(強化米入り) 麻婆なす キャベツのツナあえ 魚のみそ汁 ネーブル	ミルク	型抜きクッキー	ミルク	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 白身魚	豆腐 豚ひき肉 ツナ缶 白身魚	人参 玉ねぎ 人参 人参 人参 人参
8	タコライス 野菜スープ ネーブル	ミルク	タンナファクルー バナナ ミルク	ミルク	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	豚肉 鶏ささみ わかめ 絹ごし豆腐	25	ごはん(強化米入り) 鶏肉のマーレード焼き 春雨の中華炒め ブロccoli みそ汁 バナナ	ミルク	黒糖アガラサー	ミルク	鶏もも肉 豚もも肉	鶏もも肉 豚もも肉	人参 玉ねぎ 人参 人参 人参 人参
11	キーマカレー きゅうりの甘酢あえ コンスープ バナナ	ミルク	ココアケーキ	ミルク	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	鶏ひき肉 しらす干し わかめ	26	夏野菜カレー スティックきゅうり わかめスープ ネーブル	ミルク	フランスパン (ジャム) ミルク	ミルク	豚肉 わかめ	豚肉 わかめ	人参 玉ねぎ Hコロン缶 GP ピーマン きゅうり みつば
12	沖縄そば 温サラダ ゴマじゃが ネーブル	ミルク	いなり寿司	ミルク	豚三枚肉 丸かまぼこ	豚三枚肉 丸かまぼこ	豚三枚肉 丸かまぼこ	27	マージンごはん 魚の照り焼き かぼちゃの煮物 切干大根のゴマ酢あえ みそ汁 スイカ	ミルク	ふかし芋	ミルク	白身魚 鶏ささみ 油揚げ わかめ	白身魚 鶏ささみ 油揚げ わかめ	かぼちゃ しめじ 切干大根 人参 きゅうり ごぼう えのきたけ
13	のりごはん(強化米入り) 肉みそ豆腐 ほうれん草のソテー 鶏肉汁 バナナ	ミルク	どら焼き	ミルク	厚揚げ 豚ひき肉 ベーコン 鶏もも肉	厚揚げ 豚ひき肉 ベーコン 鶏もも肉	厚揚げ 豚ひき肉 ベーコン 鶏もも肉	28	ごはん(強化米入り) 揚げ魚のケチャップあん 野菜炒め みそ汁 バナナ	ミルク	パースデーケーキ	ミルク	白身魚 かまぼこ わかめ ツナ缶	白身魚 かまぼこ わかめ ツナ缶	ほうれん草 人参 しめじ 玉ねぎ 人参 人参
14	のりごはん レバーの竜田揚げ 人参シリシリ(ゴーヤー) もずくの酢物 みそ汁 スイカ	ミルク	レモンラスク	ミルク	豚レバー 豚肉 もずく 油揚げ	豚レバー 豚肉 もずく 油揚げ	豚レバー 豚肉 もずく 油揚げ	29	ごはん(強化米) 麻婆豆腐 コンスープ ネーブル	ミルク	亀の甲せんべい バナナ ミルク	ミルク	豆腐 豚ひき肉	豆腐 豚ひき肉	生しいたけ 人参 玉ねぎ たけのこ ニラ Hコロン缶 ほうれん草
15	鶏肉のあんかけ丼 みそ汁 ネーブル	ミルク	アイス	ミルク	鶏もも肉 油揚げ わかめ	鶏もも肉 油揚げ わかめ	鶏もも肉 油揚げ わかめ	31	もずくどんぶり ちくわの磯辺揚げ(卵なし) トマトサラダ みそ汁 ネーブル	ミルク	バナナと芋のケーキ	ミルク	もずく 豚ひき肉 竹小町 油揚げ	もずく 豚ひき肉 竹小町 油揚げ	ピーマン Hコロン缶 トマト レタス きゅうり へちま ネーブル
17	マージンごはん さばのみそ焼き きんぴらごぼう ブロccoli すまし汁 ネーブル	ミルク	フライドポテト アイスクリーム	ミルク	さば 豚肉 わかめ 絹ごし豆腐	さば 豚肉 わかめ 絹ごし豆腐	さば 豚肉 わかめ 絹ごし豆腐	★	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実施しています。 ★ 「離乳食の献立表」は、該当者だけにお配りしています。 ★ 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。						



夏場に食欲増進する食事

夏は暑さで食欲が減退しがちです。夏バテを防ぐためにも、カレー粉や酢、梅、レモンなどの酸味を使って、食欲増進を図りましょう。スパイスは風味を増すだけでなく、食欲増進や消化をよくするなど、さまざまな効果があります。

ひじきのサラダ (酢を使ってさっぱりと)

- (材料)
- ひじき 20g → もどしてさっと湯通し
 - きゅうり 100g (1本) → せん切り、軽く塩もみし、水洗い
 - 人参 50g → せん切り、茹でる
 - *しょうゆ 15g
 - *酢 20g
 - *オイスターソース 8g
 - *砂糖 5g
 - *ごま油 10g
 - *炒り白ゴマ 10g

(作り方) 調味料を準備し、食材をあえる。

食育

●五感で味わいましょう 五感を刺激することは、脳に伝わる情報量を増やして脳の発達を促します。子どもたちが生活の中で五感をフルに使うのが、「食」の体験です。食べることはもちろん、調理を手伝うことで食材に触れ、五感を刺激する体験は、好奇心旺盛な子どもたちにとっても楽しい体験です。

●五感を育む体験を ●視覚...食事は彩りよく、赤・黄・緑・白などを意識しましょう。食事は見た目で食欲が増すこともあります。 ●聴覚...食材を煮たり、焼いたり、切る音を一緒に楽しんで。音を聴くと食事の時間を待つ喜びが生まれます。 ●触覚...食材に触らせて、どんな感触なのかを言葉にしてみましょう。食材への興味が増します。 ●嗅覚...食材の匂いをかぐなど、おいしそうな匂いをかぐと唾液が分泌され、食欲が増します。 ●味覚...色々な食べ物の味を体験できるといいですね。甘味・塩味・酸味・苦味・旨味などの違いを知ることによって、味覚が敏感になります。



エコパック

定期的に洗っていますか? 菌の温床になっているというデータがあります。水分や食品カスを放置すると菌が繁殖、食中毒につながる恐れがあります。コロナ対策と同様に衛生に気をつけ、洗濯も習慣づけたいですね。



離乳食こんだて

【令和 2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。

社会福祉法人マリヤ福祉会
いちごえ保育園

【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
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 玉ねぎ じゃが芋 ツナ缶 コーン缶 絹ごし豆腐 小松菜 ネーブル	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 みそ汁 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃそぼろ煮風 みそ汁 りんご
3	10倍がゆ(とろとろ) 白身魚のミルク煮 とうがんすり流し 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 みそ汁 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	全がゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 ポテトスープ りんご
4	10倍がゆ(とろとろ) 豆腐のすり流し かぼちゃペースト すまし汁 (主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 じゃが芋 あおさ パナナ	かぼちゃがゆ 白身魚のポテト煮 すまし汁 バナナ	かぼちゃがゆ 白身魚のポテト煮 すまし汁 手づかみかぼちゃ バナナ	全がゆ(べたべた) 豆腐と野菜のうま煮 みそ汁 りんごゼリー	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のうま煮 みそ汁 りんごゼリー
5	10倍がゆ(とろとろ) 人参ペースト きなこバナナ すまし汁 (主な材料) 米 豆腐 人参 ブロッコリー そうめん あおさ ネーブル	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 くたくたそうめん汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 二色豆腐 くたくたそうめん汁 ネーブル	芋がゆ(べたべた) 魚と野菜のスープ煮 みそ汁 りんご	芋がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のスープ煮 みそ汁 りんご
6	10倍がゆ(とろとろ) かぼちゃペースト とろとろバナナ 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 みそ汁 スイカ	かぼちゃがゆ 手づかみか 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 バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 マッシュポテト 魚とトマトのスープ バナナ
7	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 サラダ菜 ささみ じゃが芋 玉ねぎ 人参 小松菜 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	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどり煮 コーンポタージュ りんご
8	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 (主な材料) 米 玉ねぎ 人参 キャベツ ツナ缶 鶏肉 白菜 ほうれん草 ネーブル	ツナおじや 鶏と野菜のスープ ネーブル	ツナおじや 鶏と野菜のスープ ネーブル	納豆がゆ(べたべた) かぼちゃポタージュ バナナ	納豆がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃポタージュ バナナ
11	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 (主な材料) 米 しらす干し きゅうり じゃが芋 人参 玉ねぎ ささみ りんご	しらすがゆ(べたべた) きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご	しらすがゆ ⇒ 軟飯 きゅうりのおかか煮 チキンスープ りんご	野菜がゆ(べたべた) 人参トマト煮 豆腐のみそ汁 ネーブル	野菜がゆ ⇒ 軟飯 人参トマト煮 豆腐のみそ汁 ネーブル
12	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 (主な材料) 米 人参 豆腐 じゃが芋 玉ねぎ ブロッコリー キャベツ パナナ	人参がゆ(べたべた) 豆腐のだし煮 ポテトと野菜のスープ バナナ	人参がゆ ⇒ 軟飯 豆腐のだし煮 ポテトと野菜のスープ バナナ	あおさがゆ(べたべた) ブロッコリーのツナ煮 くたくたそうめん汁 りんご	あおさがゆ ⇒ 軟飯 ブロッコリーのツナ煮 くたくたそうめん汁 りんご
13	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 (主な材料) 米 ほうれん草 とうがん 玉ねぎ ささみ じゃが芋 コーン缶 パナナ	みどりがゆ(べたべた) とうがんそぼろ煮風 ポテトスープ バナナ	みどりがゆ ⇒ 軟飯 とうがんそぼろ煮風 ポテトスープ 手づかみポテト バナナ	あおさがゆ(べたべた) 魚のみどり煮 みそ汁 ネーブル	あおさがゆ ⇒ 軟飯 魚のみどり煮 みそ汁 ネーブル
14	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 (主な材料) 米 ブロッコリー 白身魚 人参 玉ねぎ わかめ 鮭 ネーブル	みどりがゆ(べたべた) 白身魚と野菜のだし煮 みそ汁 ネーブル	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	パンがゆ⇒ココロトースト チキンクリームスープ バナナ	スティックトースト チキンクリームスープ バナナ
15	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 豆腐 わかめ ネーブル	おじや 大根と豆腐のみそ汁 ネーブル	おじや 大根と豆腐のみそ汁 ネーブル		



【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
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)
17	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 (主な材料) 米 白身魚 ブロッコリー 玉ねぎ そうめん 人参 ネーブル	全がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあんかけ くたくたそうめん汁 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	みどりがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 みそ汁 ミルクゼリー
18	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 豆腐のみそ汁 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	全がゆ ⇒ 軟飯 とうがんそぼろ煮風 野菜スープ りんご
19	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 あおさ そうめん ネーブル	全がゆ(べたべた) 魚と野菜のトマト煮 くたくたそうめん汁 ネーブル	全がゆ ⇒ 軟飯 魚と野菜のトマト煮 そうめん汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐のみどり煮 みそ汁 バナナ	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
20	おべんとう会				
21	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 みそ汁 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	納豆がゆ(べたべた) ポテト団子 みそ汁 ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのお焼き風 みそ汁 ネーブル
22	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 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	全がゆ ⇒ 軟飯 かぼちゃのそぼろ煮風 みそ汁 りんご
24	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 豆腐 なす 玉ねぎ 人参 大根 ネーブル	全がゆ(べたべた) 豆腐の野菜あんかけ みそ汁 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	米 ささみ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 りんご	米 ささみ かぼちゃ 玉ねぎ 人参 りんご
25	10倍がゆ(とろとろ) ほうれん草ペースト 白身魚すり流し とろとろきなこバナナ すまし汁 (主な材料) 米 レタス 白身魚 ほうれん草 人参 コーン缶 パナナ きなこ	菜がゆ(べたべた) 白身魚のみどり煮 人参スープ きなこバナナ	菜がゆ ⇒ 軟飯 白身魚のみどりあん 人参スープ きなこバナナ	納豆がゆ(べたべた) ポテト団子 みそ汁 ネーブル	納豆がゆ ⇒ 軟飯 ポテトのお焼き風 みそ汁 ネーブル
26	10倍がゆ(とろとろ) ポテトすり流し 人参ペースト とろとろきなこバナナ すまし汁 (主な材料) 米 ささみ りんご ブロッコリー じゃが芋 玉ねぎ パナナ	全がゆ(べたべた) 鶏ささみのりんご煮 ポテトスープ バナナ	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 バナナ	米 ひき割り納豆 じゃが芋 ほうれん草 人参 レタス ネーブル	米 ひき割り納豆 じゃが芋 ほうれん草 人参 レタス ネーブル
27	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 (主な材料) 米 かぼちゃ 白身魚 人参 わかめ じゃが芋 ネーブル	かぼちゃがゆ(べたべた) 白身魚と人参のうま煮 みそ汁 ネーブル	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 白身魚と人参のうま煮 みそ汁 ネーブル	全がゆ(べたべた) 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ バナナ	全がゆ ⇒ 軟飯 鶏と野菜のスープ煮 かぼちゃスープ バナナ
28	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 しらす干し 豆腐 玉ねぎ 人参 そうめん ブロッコリー スイカ	しらすがゆ(べたべた) 炒り豆腐 くたくたそうめん汁 スイカ	しらすがゆ ⇒ 軟飯 炒り豆腐 くたくたそうめん汁 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 りんご	全がゆ ⇒ 軟飯 ポテトそぼろ煮風 ブロッコリースープ りんご
29	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 コーン缶 玉ねぎ 人参 キャベツ 豆腐 わかめ パナナ	コーンがゆ 豆腐のみそ汁 バナナ	おじや 豆腐のみそ汁 バナナ	かぼちゃがゆ(べたべた) チキンスープ ネーブル	かぼちゃがゆ ⇒ 軟飯 チキンスープ ネーブル
31	10倍がゆ(とろとろ) 大根ペースト 人参ペースト すまし汁 (主な材料) 米 キャベツ 人参 ツナ缶 きゅうり レタス 豆腐 わかめ ネーブル	おじや きゅうりのおかか煮 みそ汁 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	全がゆ ⇒ 軟飯 ひき割り納豆 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。

