

日付	曜日	離乳初期	離乳中期	離乳後期	離乳完了期
1 ・ 29	木	〈おかゆ〉 〈麩煮〉 〈しらす煮〉	〈おかゆ〉 〈お豆と野菜煮〉 〈しらす煮〉	〈おかゆ〉 〈五目煮〉 〈オクラのツナ煮〉	〈ヨーグルト〉 〈軟飯〉 〈五目煮〉 〈オクラのツナ和え〉 〈ぶどうゼリー〉 〈菓子〉
2 ・ 30	金	〈おかゆ〉 〈野菜煮〉 〈野菜煮〉	〈おかゆ〉 〈野菜煮〉 〈野菜煮〉	〈おかゆ〉 〈野菜煮〉 〈野菜煮〉	〈牛乳〉 〈軟飯〉 〈カレー風味のトマト煮〉 〈かんぴょうのごま酢和え〉 〈発酵乳〉 〈菓子〉
5 ・ 26	月	〈おかゆ〉 〈夏野菜煮〉 〈バナナ〉	〈おかゆ〉 〈夏野菜煮〉 〈バナナ〉	〈おかゆ〉 〈夏野菜煮〉 〈フルーツミックス〉	〈野菜ジュース〉 〈軟飯〉 〈夏野菜カレー〉 〈フルーツミックス〉 〈牛乳〉 〈麩でバターラスク〉
6 ・ 27	火	〈パンがゆ〉 〈野菜煮〉 〈野菜スープ〉	〈パンがゆ〉 〈豚肉煮〉 〈野菜スープ〉	〈パンがゆ〉 〈豚肉煮〉 〈野菜スープ〉	〈牛乳〉 〈パン〉 〈焼きそば〉 〈野菜スープ〉 〈6日:ココアミルク〉 〈27日:麦茶〉 〈菓子〉
7 ・ 21	水	〈おかゆ〉 〈豆腐煮〉 〈青菜煮〉	〈おかゆ〉 〈豆腐煮〉 〈青菜の磯辺煮〉	〈おかゆ〉 〈豆腐煮〉 〈青菜の磯辺煮〉	〈牛乳〉 〈軟飯〉 〈ツナと野菜のチャンプルー〉 〈青菜の磯辺和え〉 〈冷凍みかん〉 〈牛乳〉 〈菓子〉
8 ・ 22	木	〈おかゆ〉 〈マッシュポテト〉 〈かぼちゃのマッシュ〉 〈ヨーグルト〉	〈おかゆ〉 〈黄身オムレツ〉 〈かぼちゃのスープ〉 〈ヨーグルト〉	〈おかゆ〉 〈ポテトオムレツ〉 〈かぼちゃのポターージュ〉 〈チーズ〉	〈8日:ヨーグルト〉 〈22日:野菜ジュース〉 〈軟飯〉 〈ポテトオムレツ〉 〈かぼちゃのポターージュ〉 〈チーズ〉 〈牛乳〉 〈フルーツコーンフレーク〉
9 ・ 23	金	〈おかゆ〉 〈野菜煮〉 〈豆腐煮〉	〈おかゆ〉 〈ささみ煮〉 〈和風汁〉	〈おかゆ〉 〈鶏肉煮〉 〈味噌汁〉	〈牛乳〉 〈軟飯〉 〈鶏肉煮〉 〈味噌汁〉 〈発酵乳〉 〈菓子〉
10 ・ 24	土	〈パンがゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈パンがゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈パンがゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈ヨーグルト〉 〈総菜パン〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉 〈飲み物〉 〈菓子〉
3 ・ 17 ・ 31	土	〈しらすかゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈しらすかゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈しらすかゆ〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉	〈ヨーグルト〉 〈総菜パン〉 〈粉ミルク〉 〈ヨーグルト〉 〈飲み物〉 〈菓子〉
19	月	〈おかゆ〉 〈豆腐煮〉 〈野菜煮〉 〈オレンジ〉	〈おかゆ〉 〈豆腐煮〉 〈野菜煮〉 〈オレンジ〉	〈おかゆ〉 〈豆腐ハンバーグ〉 〈野菜煮〉 〈オレンジ〉	〈ヨーグルト〉 〈軟飯〉 〈豆腐ハンバーグ〉 〈野菜の塩もみ〉 〈オレンジ〉 〈牛乳〉 〈菓子〉
20	火	〈おかゆ〉 〈白身魚ペースト〉 〈根菜煮〉 〈すいか〉	〈おかゆ〉 〈白身魚ほぐし〉 〈根菜煮〉 〈すいか〉	〈おかゆ〉 〈魚のごまみそ焼き〉 〈味噌汁〉 〈すいか〉	〈牛乳〉 〈軟飯〉 〈魚のごまみそ焼き〉 〈具だくさん味噌汁〉 〈すいか〉 〈ヨーグルトミルク〉 〈菓子〉
28	水	〈おかゆ〉 〈白身魚ペースト〉 〈野菜煮〉 〈バナナ〉	〈おかゆ〉 〈白身魚ほぐし〉 〈野菜煮〉 〈バナナ〉	〈おかゆ〉 〈魚の塩麹焼き〉 〈いんげんの胡麻和え〉 〈バナナ〉	〈牛乳〉 〈軟飯〉 〈魚の塩麹焼き〉 〈いんげんの胡麻和え〉 〈バナナ〉 〈ココアミルク〉 〈菓子〉

“手づかみ食べ”を大切に

離乳食に慣れてくると“自分で食べたい!!”という意欲が育ち、“手づかみ食べ”をすることで、その欲求が満たされます。そして、手づかみ食べが上手になると、だんだん食器や食具を上手に持てるようになっていきます。暑さが続いていますので、こまめな手洗いと消毒、新鮮な食材を衛生的に調理するなど食中毒に注意しつつ、どんどん手づかみ食べを経験させてあげてください。

このとき、口や肌に直接触れるタオルやエプロン等の清潔にも気を付けてあげたいですね。



※保育所では、安全・安定・安心の給食提供に努めています。
 ※完了期になると、午前・午後のおやつを食べます。
 ※献立は、都合により変更となる場合があります。ご了承下さい。