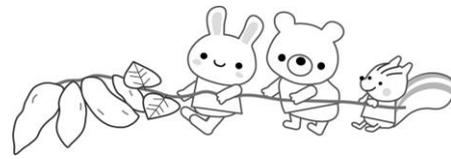


9月予定献立表



～ 離乳食 中期 ～

< 令和元年 >
大崎保育園

日	曜日	献立	乳児		3時おやつ
			追加	10時	
2	月	のりがゆ・魚の煮物・おひたし・みそ汁・フルーツ		フルーツ せんべい	くずもち
3	火	なすの煮込みミートスパゲティ・和え物・チーズキッス・ゼリー		フルーツ ビスケット	バナナ煮
4	水	きな粉がゆ・魚の煮物・納豆和え・すまし汁・フルーツ		フルーツ ポーロ	パンがゆ
5	木	パンがゆ・鶏肉の煮物・和え物・スープ・フルーツ		フルーツ ウエハース	じゃがいもマッシュ
6	金	おじや・和え物・チーズキッス・フルーツ		フルーツ クラッカー	フルーツヨーグルト
7	土	煮込みうどん・おひたし・フルーツ		フルーツ せんべい	
9	月	のりがゆ・魚のきのこ蒸し・ごま和え・すまし汁・ゼリー		フルーツ ポーロ	リンゴ煮
10	火	煮込みうどん・鶏肉の煮物・和え物・フルーツ		フルーツ ウエハース	かぼちゃマッシュ
11	水	おかゆ・豚肉の煮物・和え物・ミネストローネ・ヨーグルト		フルーツ ビスケット	チーズパンがゆ
12	木	納豆がゆ・鶏肉と里芋の照り煮・しらす和え・みそ汁		フルーツ せんべい	くずもち
13	金	< 誕生日会 >		フルーツ ポーロ	きな粉パンがゆ
14	土	おじや・みそ汁・フルーツ		フルーツ せんべい	
16	月	【敬老の日】			
17	火	きな粉がゆ・豚肉の煮物・おひたし・みそ汁・フルーツ		フルーツ せんべい	パンがゆ
18	水	おじや・和え物・チーズキッス・ヨーグルト		フルーツ ウエハース	リンゴ煮
19	木	いもがゆ・魚の煮物・白和え・みそ汁・フルーツ		フルーツ ポーロ	おじや
20	金	おかゆ・鶏肉の煮物・和え物・すまし汁・フルーツ		フルーツ せんべい	ゼリー・ビスケット
21	土	おじや・みそ汁・フルーツ		フルーツ ビスケット	
23	月	【秋分の日】			
24	火	きな粉がゆ・鮭の煮物・酢の物・スープ・ゼリー		フルーツ せんべい	にんじんパンがゆ
25	水	< お弁当の日・予行練習 >		フルーツ ビスケット	リンゴ煮
26	木	おかゆ・牛肉の煮物・和え物・スープ・ヨーグルト		フルーツ ポーロ	さつまいもマッシュ
27	金	おじや・和え物・みそ汁・フルーツ		フルーツ ビスケット	チーズパンがゆ
28	土	< 運動会 >			
30	月	のりがゆ・魚の煮物・ごま和え・みそ汁・フルーツ		フルーツ せんべい	くずもち

離乳食を与えるときは

赤ちゃんのようすを見ながら、離乳食は1さじずつ与え、食事後の母乳やミルクは飲みたいだけの量を与えます。離乳食の進行に応じて、食品の種類を増やしていき、生活リズムも整えるようにしましょう。また、食事を与えながら「おいしいね」「いっぱい食べたね」などのことばかけをしたり、大人がいっしょに食事をするようすを見せて、食べる楽しさの体験を増やしていくようにします。

離乳食用食器の選び方

赤ちゃんが使うスプーンは、柄が握りやすく、くぼみが浅いものを選びます。フォークは、溝が深めのほうが食べ物を刺しやすく、麺類もからめやすいでしょう。お皿は、縁が直角に立ち上がっているほうが、食べ物が簡単にすくえます。

