

給食だより 令和5年度4月号 同胞保育園(すみれ組・離乳食)

	(午前) 中期食	(午前) 後期食	後期食おやつ		(午前) 中期食	(午前) 後期食	後期食おやつ
1 土	わかめうどん 野菜の煮物	わかめうどん 野菜の煮物	お祝いゼリー	15 土	くたくたスパゲッティ わかめスープ	くたくたスパゲッティ わかめスープ	おにぎり
3 月	おかゆ 豚丼 じゃが芋の旨煮	軟飯 豚丼 じゃが芋の旨煮	お好み焼き風	17 月	おかゆ 鶏丼 ポテトサラダ	軟飯 鶏丼 ポテトサラダ	たべっこBABY ひじきせんべい
4 火	おかゆ 豚肉と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 豚肉と野菜の煮物 味噌汁	さくさくココアクッキー	18 火	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 味噌汁	豆乳パナコッタ
5 水	おかゆ 白身魚の味噌煮 すまし汁	軟飯 白身魚の味噌煮 すまし汁	青のりポテト	19 水	おかゆ 鮭のケチャップ煮 すまし汁	軟飯 鮭のケチャップ煮 すまし汁	フルーツポンチ
6 木	おかゆ 豚肉のすき焼き風 なめこ汁	軟飯 豚肉のすき焼き風 なめこ汁	ホットケーキ	20 木	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 かいのこ汁	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 かいのこ汁	豆乳トースト
7 金	おかゆ 豆腐ハンバーグ コンソメスープ	軟飯 豆腐ハンバーグ コンソメスープ	ルッヅ / ハイハイ	21 金	おかゆ 豆乳のクリーム煮 くたくたスパゲッティ煮	軟飯 豆乳のクリーム煮 くたくたスパゲッティ煮	マカロニきな粉
8 土	南瓜のパン粥 野菜スープ	南瓜のパン粥 野菜スープ	豆乳プリン たべっこBABY	22 土	野菜ラーメン 薩摩芋の煮物	野菜ラーメン 薩摩芋の煮物	おにぎり
10 月	おかゆ 鶏丼 じゃが芋の旨煮	軟飯 鶏丼 じゃが芋の旨煮	果物ゼリー	24 月	おかゆ 豚丼 春雨の煮物	軟飯 豚丼 春雨の煮物	スイートポテト
11 火	おかゆ 筑前煮風 そうめんの味噌汁	軟飯 筑前煮風 そうめんの味噌汁	ふかし芋	25 火	おかゆ 白身魚と野菜の旨煮 吉野汁	軟飯 白身魚と野菜の旨煮 吉野汁	豆乳トースト
12 水	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 わかめスープ	軟飯 白身魚と野菜の煮物 わかめスープ	ハイ / ハイハイ	26 水	おかゆ ササミと野菜の煮物 すまし汁	軟飯 ササミと野菜の煮物 すまし汁	ホットケーキ
13 木	おかゆ 白身魚と青菜の煮物 すまし汁	軟飯 白身魚と青菜の煮物 すまし汁	お祝いゼリー	27 木	おかゆ 白身魚の野菜あん コンソメスープ	軟飯 白身魚の野菜あん コンソメスープ	バナ / ハイハイ
14 金	おかゆ 鶏肉の味噌煮 すまし汁	軟飯 鶏肉の味噌煮 すまし汁	麸フレンチトースト	28 金	おかゆ 肉団子スープ ポテトサラダ	軟飯 肉団子スープ ポテトサラダ	豆乳蒸しパン

離乳食開始の目安

赤ちゃんは、5～6か月になると、母乳やミルク以外の物が少しずつ消化できるようになります。首がすわって大人が支えたとお座りができる、授乳の間隔がだいたい4時間おきになっているなどが見られたら、赤ちゃんの機嫌がいいときに離乳食を開始しましょう。

離乳食を与えるときは声かけを

離乳食は、赤ちゃんに栄養を与えるだけでなく、食べることの楽しさを教えることが大切です。赤ちゃんの様子を見ながらひとさじずつ与え、「おいしいよ」「にんじんだよ」など、やさしく声をかけましょう。

給食で離乳食を開始する前は、6品目(鶏肉、豚肉、白身魚、豆腐、小麦、鮭)をご家庭で摂取しているかの確認を行っています。ご協力をお願いします。