

給食だより 令和5年度5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 月	おかゆ 鶏飯風 薩摩芋サラダ	軟飯 鶏飯風 薩摩芋サラダ	ふくれ菓子	18 木	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	いちごのパンコッタ
2 火	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	オレンジ たべっこBABY	19 金	おかゆ 炒り鶏風 すまし汁	軟飯 炒り鶏風 すまし汁	たこ焼き風
6 土	くたくたスパゲッティ コンソメスープ	くたくたスパゲッティ コンソメスープ	果物ゼリー ハイハイ	20 土	南瓜のパン粥 コンソメスープ	南瓜のパン粥 コンソメスープ	豆乳プリン
8 月	おかゆ 豚丼 野菜とマカロニの煮物	軟飯 豚丼 野菜とマカロニの煮物	ふかし芋	22 月	おかゆ 鶏丼 さつまいもの煮物	軟飯 鶏丼 さつまいもの煮物	たべっこBABY ひじきせんべい
9 火	おかゆ ツナと野菜の煮物 コンソメスープ	軟飯 ツナと野菜の煮物 コンソメスープ	果物ゼリー	23 火	おかゆ おろし煮風 マカロニサラダ	軟飯 おろし煮風 マカロニサラダ	フルーツポンチ
10 水	おかゆ 鮭と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 鮭と野菜の煮物 味噌汁	ホットケーキ	24 水	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 コンソメスープ	軟飯 白身魚と野菜の煮物 コンソメスープ	ホットケーキ
11 木	おかゆ 肉じゃが風 呉汁	軟飯 肉じゃが風 呉汁	豆乳トースト	25 木	おかゆ 豚肉のケチャップ煮 わかめスープ	軟飯 豚肉のケチャップ煮 わかめスープ	マカロニきな粉
12 金	おかゆ 鶏肉と春雨の煮物 豆乳のクリームスープ	軟飯 鶏肉と春雨の煮物 豆乳のクリームスープ	豆乳蒸しパン	26 金	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 きのこスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 きのこスープ	バナナ ハイハイ
13 土	けんちんうどん さつまいもの煮物	けんちんうどん さつまいもの煮物	おにぎり	27 土	野菜ラーメン 南瓜の煮物	野菜ラーメン 南瓜の煮物	おにぎり
15 月	おかゆ 大豆入り豚丼 南瓜の煮物	軟飯 大豆入り豚丼 南瓜の煮物	バナナケーキ	29 月	おかゆ 鶏丼 じゃが芋の煮物	軟飯 鶏丼 じゃが芋の煮物	ココアケーキ
16 火	おかゆ 豚肉の味噌煮 すまし汁	軟飯 豚肉の味噌煮 すまし汁	ホットケーキ	30 火	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	軟飯 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	果物ゼリー ハイハイ
17 水	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 白身魚と野菜の煮物 味噌汁	ココア蒸しパン	31 水	おかゆ ツナと野菜の煮物 けんちん汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 けんちん汁	豆乳トースト

与え方にひと工夫

柔らかい物ばかりを与えたり、食べ物を細かくしすぎると、丸飲み、吸い食べのくせがついてしまいます。特に、離乳食も後期に入った1歳児から完了期を過ぎた2歳児への食事には、噛むことを意識して与え方にひと工夫してみましよう。スティック状のものを用意し、手づかみで噛み切って食べる練習をしながら、「カリコリ」「パリパリ」などの食感の違いを楽しむと良いでしょう。



給食で離乳食(中期食・後期食)、完了食を開始する前は、以下の食材をご家庭で摂取しているかの確認を行っています。

- ・中期食・・・6品目 **鶏肉、豚肉、白身魚、豆腐、小麦、鮭**
- ・後期食・・・5品目 **りんご、バナナ、もも、オレンジ、ゼリー(ゼラチン)**
- ・完了食・・・13品目 **卵、牛乳、牛肉、エビ、カニ、イカ、鯖、たこ、マンゴー、キウイ、ごま、山芋、アーモンド**

ご協力、お願いいたします。

