給食だより　令和5年度9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
1	金	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 田舎汁	軟飯 白身魚と野菜の煮物 田舎汁	豆乳トースト
2	土	にゅうめん 野菜の煮物	にゅうめん 野菜の煮物	おにぎり
4	月	おかゆ 豆腐丼 野菜スープ	軟飯 豚丼 野菜スープ	ポパイケーキ
5	火	おかゆ 鶏肉の味噌煮 コンソメスープ	軟飯 鶏肉の味噌煮 コンソメスープ	果物ゼリー ハイハイン
6	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	ホットケーキ
7	木	おかゆ 鶏肉のケチャップ煮 すまし汁	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 すまし汁	ふくれ菓子
8	金	おかゆ ﾂﾅとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの洋風煮 味噌汁	軟飯 ﾂﾅとﾌﾞﾛｯｺﾘｰの洋風煮 味噌汁	果物ゼリー
9	土	おかゆ 野菜うどん 南瓜の甘煮	軟飯 野菜うどん 南瓜の甘煮	豆乳プリン
11	月	おかゆ 豆腐丼 薩摩芋サラダ	軟飯 豚丼 薩摩芋サラダ	豆乳トースト
12	火	おかゆ 鶏肉のケチャップ煮 吉野汁	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 吉野汁	マカロニきな粉
13	水	おかゆ 豆腐のくたくた煮 かいのこ汁	軟飯 豆腐のくたくた煮 かいのこ汁	豆乳蒸しパン
14	木	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	バナナ ハイハイン

		（午前）中期食	（午前）後期食	後期食おやつ
15	金	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	くりのムース
16	土	おかゆ じゃが芋のケチャップ煮 オニオンスープ	軟飯 くたくたスパゲティ煮 オニオンスープ	豆乳プリン
19	火	おかゆ 豆腐のくたくた煮 コンソメスープ	軟飯 豚肉と野菜の煮物 コンソメスープ	りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ ハイハイン
20	水	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	サイダーゼリー
21	木	おかゆ 白身魚と野菜の煮物 けんちん汁	軟飯 白身魚と野菜の煮物 けんちん汁	お野菜おやき
22	金	おかゆ 炒り鶏風 味噌汁	軟飯 炒り鶏風 味噌汁	マカロニきな粉
25	月	おかゆ ツナじゃが丼 野菜のコンソメ煮	軟飯 ツナじゃが丼 野菜のコンソメ煮	さくさくクッキー
26	火	おかゆ 鶏肉のケチャップ煮 味噌汁	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 味噌汁	フルーツポンチ
27	水	おかゆ 鮭と野菜の煮物 すまし汁	軟飯 鮭と野菜の煮物 すまし汁	ホットケーキ
28	木	おかゆ 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁	軟飯 鶏肉と野菜の味噌煮 すまし汁	梨のｺﾝﾎﾟｰﾄ ひじきせんべい
29	金	おかゆ 鶏肉とじゃが芋の煮物 味噌汁	軟飯 鶏肉とじゃが芋の煮物 味噌汁	豆乳トースト
30	土	けんちんうどん 野菜の煮物	けんちんうどん 野菜の煮物	十五夜デザート たべっこBABY

12～18か月頃の離乳食（完了期）

●食材
大人とほとんど同じものが食べられます。

●味
薄味を心がけましょう。

●形状
前歯が生えそろってきて、奥の歯ぐきでつぶして食べられる硬さにします。個人差があるので、歯の生え方、口の動きをよく見ましょう。

●量
朝、昼、夕、おやつの４回で栄養をとります。

●与え方
大人といっしょに食べます。手づかみが上手にできたら、スプーン・フォークを持たせます。

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・・・5品目　鶏肉、白身魚、豆腐、小麦、鮭
・後期食・・・6品目　豚肉、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

ご確認、お願いいたします。