給食だより　令和5年度1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
4	木	愛情弁当		豆乳ブラマンジェ
5	金	おかゆ ツナと野菜の煮物 味噌汁	軟飯 ツナと野菜の煮物 味噌汁	りんごのｺﾝﾎﾟｰﾄ ひじきせんべい
6	土	七草うどん さつま芋の煮物	七草うどん さつま芋の煮物	おにぎり
9	火	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 わかめスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 わかめスープ	たこ焼き風
10	水	おかゆ 白身魚のクリーム煮 野菜スープ	軟飯 白身魚のクリーム煮 野菜スープ	ホットケーキ
11	木	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	ぜんざい ハイハイン
12	金	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	南瓜プリン
13	土	じゃが芋のケチャップ煮 コンソメスープ	くたくたｽﾊﾟｹﾞﾃｨ煮 コンソメスープ	おにぎり
15	月	おかゆ 豆腐丼 里芋の煮物	軟飯 豚丼 里芋の煮物	豆乳トースト
16	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	果物ゼリー もも
17	水	おかゆ 白身魚の味噌煮 野菜スープ	軟飯 白身魚の味噌煮 野菜スープ	豆乳蒸しパン

		（午前）中期食	（午前）後期食	後期食おやつ
18	木	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	マカロニきな粉
19	金	おかゆ 豆腐のくたくた煮 すまし汁	軟飯 豚肉と野菜の煮物 すまし汁	ふかし芋
20	土	にゅうめん 豆腐の味噌煮	にゅうめん 豆腐の味噌煮	おにぎり
22	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
23	火	おかゆ 鮭のケチャップ煮 けんちん汁	軟飯 鮭のケチャップ煮 けんちん汁	バナナ ハイハイン
24	水	おかゆ 豆腐のくたくた煮 味噌汁	軟飯 豆腐のくたくた煮 味噌汁	豆乳蒸しパン
25	木	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	豆乳プリン
26	金	おかゆ 豆腐ハンバーグ 味噌汁	軟飯 豆腐ハンバーグ 味噌汁	ココアふくれ菓子
27	土	野菜うどん 南瓜の煮物	野菜うどん 南瓜の煮物	ゼリー ハイハイン
29	月	おかゆ 豆腐丼 じゃが芋の煮物	軟飯 豚丼 じゃが芋の煮物	麩ﾌﾚﾝﾁﾄｰｽﾄ
30	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	みかん たべっこBABY
31	水	おかゆ 鮭の味噌煮 すまし汁	軟飯 鮭の味噌煮 すまし汁	豆乳さつま芋蒸しﾊﾟﾝ

完了食へ向けて（1歳～1歳半頃）

【1日の回数】1日3回＋おやつ

【食材】軟飯が食べられるようになります。食材は、大人とほぼ同じものが使用できますが、刺激物やかたいもの、繊維が多い肉、生の野菜などは与えないようにしましょう。

【調理の形状・味つけ】肉団子くらいのかたさが目安。トマトケチャップ、マヨネーズなども使えます。

【1回の目安量】子ども用茶わん1杯～1杯半くらい。

【与え方】大人と一緒に食べましょう。

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・・・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。