

給食だより 令和6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		(午前) 中期食	(午前) 後期食	後期食おやつ
2月	おかゆ 豆腐丼 南瓜の煮物	軟飯 豚丼 南瓜の煮物	お好み焼き風	17火	おかゆ 汁と野菜の煮物 味噌汁	軟飯 汁と野菜の煮物 味噌汁	りんごのデザート たべっこBABY
3火	おかゆ 豆腐の味噌煮 すまし汁	軟飯 豚肉の味噌煮 すまし汁	果物ゼリー ハイハイ	18水	おかゆ 豆腐と野菜の煮物 かいのこ汁	軟飯 豚肉と野菜の煮物 かいのこ汁	ふくれ菓子
4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	南瓜のプリン	19木	おかゆ 鶏肉の味噌煮 オニオンスープ	軟飯 鶏肉の味噌煮 オニオンスープ	豆乳プリン
5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	おさつきな粉	20金	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	ポパイケーキ
6金	おかゆ 鶏肉とブロッコリーの洋風煮 すまし汁	軟飯 鶏肉とブロッコリーの洋風煮 すまし汁	カクテル フルーツポンチ	21土	にゅうめん 豆腐のくたくた煮	にゅうめん 豆腐のくたくた煮	マカロニきな粉
7土	けんちんうどん 大根の煮物	けんちんうどん 大根の煮物	果物ゼリー たべっこBABY	24火	おかゆ 炒り鶏風 味噌汁	軟飯 炒り鶏風 味噌汁	フルーツポンチ
9月	おかゆ 豆腐丼 ポテトサラダ	軟飯 豚丼 ポテトサラダ	豆乳ココア蒸しパン	25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	梨のデザート ひじきせんべい
10火	おかゆ 肉団子のケチャップ煮 コンソメスープ	軟飯 肉団子のケチャップ煮 コンソメスープ	バナナ ハイハイ	26木	おかゆ 鶏肉のケチャップ煮 野菜スープ	軟飯 鶏肉のケチャップ煮 野菜スープ	豆乳蒸しパン
11水	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	果物ゼリー もも	27金	おかゆ 鮭とひじきの煮物 すまし汁	軟飯 鮭とひじきの煮物 すまし汁	豆乳トースト
12木	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	たこ焼き風	28土	野菜うどん 里芋の煮物	野菜うどん 里芋の煮物	おにぎり
13金	おかゆ 鮭と野菜の煮物 野菜スープ	軟飯 鮭と野菜の煮物 野菜スープ	お月見ゼリー	30月	おかゆ 豆腐丼 大豆と野菜の煮物	軟飯 麻婆丼 大豆と野菜の煮物	ふかし芋
14土	野菜うどん 南瓜の煮物	野菜うどん 南瓜の煮物	十五夜デザート ハイハイ				



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



秋の味覚

秋になると、お米や野菜はもちろん、果物などもおいしくなってきます。日常の食事にぜひ取り入れたいのが、旬の食べ物、栄養価も高く素材の味がしっかりしています。新鮮なものを食べて、子どもたちの味覚も育てていきたいです。

災害時に備えて

乾パンやマフィン、カレー、炒飯などの非常食は、3大アレルギーの卵、牛乳、小麦を使用しているものが多いです。食物アレルギーの子どもや離乳食の子どもも安心して口にできるものかを確認しましょう。また、缶に入った液体ミルクも備蓄していると安心です。米ならアレルギーを起こしにくいアルファ米のお粥・米飯タイプもあります。

