


# 給食だより 令和6年度10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 火	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	バナナ たべっこBABY	17 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	豆乳蒸しパン
2 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	豆乳パナコッパ	18 金	おかゆ 豆腐のケチャップ煮 すまし汁	軟飯 豚肉のケチャップ煮 すまし汁	ふかし芋
3 木	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	ホットケーキ	19 土	にゅうめん 野菜の味噌煮	にゅうめん 野菜の味噌煮	南瓜プリン ハイハイ
4 金	おかゆ 肉じゃが風 すまし汁	軟飯 肉じゃが風 すまし汁	豆乳さつま芋 蒸しパン	21 月	おかゆ 鶏丼 じゃが芋の煮物	軟飯 鶏丼 じゃが芋の煮物	人参ケーキ
5 土	野菜うどん 薩摩芋の煮物	野菜うどん 薩摩芋の煮物	豆乳プリン ハイハイ	22 火	おかゆ 筑前煮風 味噌汁	軟飯 筑前煮風 味噌汁	はちみつ レモンゼリー
7 月	おかゆ 豆腐丼 白和え	軟飯 豚丼 白和え	麩フレンチトースト	23 水	おかゆ 鮭の味噌煮 味噌汁	軟飯 鮭の味噌煮 味噌汁	マカロニきな粉
8 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	ふくれ菓子	24 木	おかゆ 豆腐の松風焼き すまし汁	軟飯 豆腐の松風焼き すまし汁	豆乳トースト
9 水	おかゆ ツとブロッコリーの洋風煮 すまし汁	軟飯 ツとブロッコリーの洋風煮 すまし汁	果物ゼリー	25 金	おかゆ 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	りんごのコンポート たべっこBABY
10 木	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	豆乳パナコッパ	26 土	わかめうどん 里芋の煮物	わかめうどん 里芋の煮物	豆乳ココア蒸しパン
11 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	豆乳蒸しパン	28 月	おかゆ 鶏丼 ポテトサラダ	軟飯 鶏丼 ポテトサラダ	フルーツポンチ
12 土	おかゆ じゃが芋のケチャップ煮 ポパイスープ	軟飯 くたくた入ゲティ煮 ポパイスープ	おにぎり	29 火	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	青のりポテト
15 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	お野菜おやき	30 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	カップケーキ
16 水	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	軟飯 鶏肉と野菜の煮物 コンソメスープ	パンプキンババロア	31 木	おかゆ クリーム煮 薩摩芋サラダ	軟飯 クリーム煮 薩摩芋サラダ	南瓜ケーキ

## 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

ご協力、お願いいたします。

