



# 献立表



もくひょう

・カミカミやモグモグが上手にできるようになりましょう

| 日  | 曜 | 献立名                             |
|----|---|---------------------------------|
| 1  | 水 | おかゆ 夏野菜のそぼろ煮 人参のみそ汁 オレンジ        |
| 2  | 木 | おかゆ ササミのトマト煮 玉ねぎのスープ            |
| 3  | 金 | おかゆ さつまいものコロコロ煮 なすのみそ汁 バナナ      |
| 4  | 土 | おかゆ じゃが芋の煮物 野菜スープ バナナ           |
| 6  | 月 | おかゆ 白身魚のだし煮 じゃが芋のみそ汁 バナナ        |
| 7  | 火 | おかゆ 鶏団子と野菜のやわらか煮 星麴のスープ         |
| 8  | 水 | おかゆ ササミの野菜あん もやしのスープ            |
| 9  | 木 | おかゆ かぼちゃの煮物 豆腐のみそ汁 バナナ          |
| 10 | 金 | おかゆ 豆腐のそぼろあんかけ 人参のスープ           |
| 11 | 土 | おかゆ さつまいもの煮物 うどん汁 バナナ           |
| 13 | 月 | おかゆ 鶏ひき肉のケチャップ煮 玉葱のみそ汁          |
| 14 | 火 | おかゆ 鶏肉とじゃが芋のみそ煮 チンゲン菜のスープ バナナ   |
| 15 | 水 | おかゆ ブロッコリーのそぼろあんかけ うどん汁         |
| 16 | 木 | おかゆ 鮭のしょうゆ煮 麴のみそ汁               |
| 17 | 金 | おかゆ ササミと野菜のだし煮 野菜スープ            |
| 18 | 土 | おかゆ かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ            |
| 20 | 月 | おかゆ さつまいもと鶏ひき肉の煮物 ほうれん草のみそ汁 バナナ |
| 21 | 火 | おかゆ ササミとじゃが芋の煮物 ブロッコリーのスープ      |
| 22 | 水 | おかゆ たらと野菜のくたくた煮 五目スープ           |
| 23 | 木 | 海の日                             |
| 24 | 金 | スポーツの日                          |
| 25 | 土 | おかゆ じゃが芋の煮物 葱のスープ バナナ           |
| 27 | 月 | おかゆ 鮭の野菜あんかけ ワカメのみそ汁            |
| 28 | 火 | おかゆ ササミとマカロニのとろとろ煮 じゃが芋のスープ     |
| 29 | 水 | おかゆ いもと野菜のひたひた煮 麴のスープ           |
| 30 | 木 | おかゆ 鶏団子と野菜の煮びたし 豆腐のスープ          |
| 31 | 金 | おかゆ ササミのだし煮 大根のみそ汁              |

## ～こんなにある！食品による窒息事故～

消費者庁が平成29年3月に発表した、子どもの食品による窒息事故の年齢別発生件数をみると、8割が6歳以下で、1歳以下は6割を占めています。歯が生えそろっていない、食べ物を飲み込む機能が発達段階の乳幼児は、主食のご飯やパンでも食べ方によってはのどに詰まらせて、窒息事故を引き起こす可能性があります。また、ピーナッツや豆類は、誤って気管や気管支にまで入ってしまうこともあります。まずは、事故を起こしやすい食材を知りましょう。その上で、切り方や調理の工夫をするなどの対策を考えておくといいですね。