



献立表



もくひょう

・暑さに負けず、何でも食べましょう

日	曜	献立名
1	土	おかゆ じゃが芋の煮物 うどん汁 バナナ
3	月	おかゆ 野菜の煮びたし ワカメのみそ汁 メロン
4	火	おかゆ ササミと野菜のしょうゆ煮 チンゲン菜のスープ
5	水	おかゆ 大根のそぼろ煮 コンソメスープ
6	木	おかゆ 鮭の野菜あんかけ なすのみそ汁 オレンジ
7	金	おかゆ 肉じゃが キャベツのスープ
8	土	おかゆ 鶏団子とブロッコリーの煮物 ワカメスープ バナナ
10	月	山の日
11	火	おかゆ かぼちゃと豆腐のコロコロ煮 肉団子スープ バナナ
12	水	おかゆ 白身魚のだし煮 玉葱のスープ バナナ
13	木	おかゆ さつま芋の煮物 人参スープ バナナ
14	金	おかゆ ツナと野菜のくたくた煮 そうめん バナナ
15	土	おかゆ かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ
17	月	おかゆ マカロニとひき肉のトロトロ煮 五目スープ バナナ
18	火	おかゆ たらの野菜あんかけ 夏野菜のみそ汁 オレンジ
19	水	おかゆ じゃが芋のトマト煮 ブロッコリーのスープ
20	木	おかゆ たらと大根の煮物 葱のスープ
21	金	おかゆ さつま芋の甘煮 豆腐のみそ汁
22	土	おかゆ じゃが芋の煮物 うどん汁 バナナ
24	月	おかゆ 鮭と野菜のだし煮 じゃが芋のみそ汁
25	火	おかゆ ササミと芋のみそ煮 豆腐のスープ
26	水	おかゆ 白身魚とかぼちゃの煮物 大根のみそ汁
27	木	おかゆ かぶとササミの煮物 うどん汁 バナナ
28	金	おかゆ 鶏団子とじゃが芋煮 玉葱のスープ オレンジ
29	土	おかゆ ブロッコリーとツナのしょうゆ煮 野菜スープ バナナ
31	月	おかゆ 豆腐のそぼろあん ほうれん草のスープ

～離乳食をいやがるときは～

離乳食をあまり食べない。そんな時は無理強いせずミルク以外のものを初めて口にする赤ちゃんの気持ちに添いながら、何がいやなのか様子を見ます。スプーンの材質に違和感があるのか、口に入ってくるタイミングが合わないのかもしれませんが。赤ちゃんが自分から食べたいと思えるような介助を考えましょう。食べないことを大人が心配していると赤ちゃんも不安になります。優しく声をかけながら楽しい食卓を用意しましょう◎

