



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	火	おかゆ カリフラワーとひき肉の煮物 葱のスープ
2	水	おかゆ ササミとマカロニのケチャップ煮 ワカメのみそ汁
3	木	おかゆ かぼちゃのそぼろ煮 キャベツのスープ バナナ
4	金	おかゆ たらとブロッコリーのくたくた煮 豆腐のみそ汁
5	土	おかゆ じゃが芋煮 ワカメのスープ バナナ
7	月	おかゆ ツナと大根の煮物 じゃが芋のみそ汁 いちご
8	火	おかゆ ひじきの煮物 玉葱のスープ オレンジ
9	水	おかゆ 肉じゃが キャベツのみそ汁
10	木	おかゆ とり団子の野菜あんかけ 根菜汁
11	金	おかゆ ササミと芋のケチャップ煮 白菜のスープ
12	土	おかゆ さつま芋のコロコロ煮 うどん汁 バナナ
14	月	おかゆ マカロニとブロッコリーの煮物 野菜スープ オレンジ
15	火	おかゆ 白身魚と大根のだし煮 ねぎのみそ汁 バナナ
16	水	おかゆ 鮭と野菜のしょうゆ煮 コンソメスープ
17	木	おかゆ たらと野菜のしょうゆ煮 じゃが芋のみそ汁 バナナ
18	金	おかゆ ササミと野菜のトマト煮 豆腐スープ
19	土	おかゆ かぼちゃの煮物 麩のスープ バナナ
21	月	おかゆ とり団子 さつま芋の甘煮 人参のスープ オレンジ
22	火	おかゆ 豆腐とササミのくたくた煮 かぶのスープ バナナ
23	水	おかゆ 鮭のだし煮 かぼちゃのスープ
24	木	おかゆ 野菜のそぼろあんかけ 玉葱のみそ汁 バナナ
25	金	おかゆ ササミとかぶのコロコロ煮 ブロッコリーのスープ
26	土	おかゆ じゃがいも煮 うどん汁 バナナ
28	月	おかゆ たらとさつま芋の甘煮 もやしのスープ
29	火	おかゆ 大根のそぼろ煮 ほうれん草のスープ オレンジ
30	水	おかゆ 鮭の野菜あんかけ 麩のみそ汁

1歳～1歳半ころのパクパク期では食べ物に積極的に手を伸ばし、手づかみ食べをしたがります。手づかみ食べは、スプーンや箸で一人で食べられるようになるための大事なステップです。また、スプーンを持たせて、大人が手を添えて口に運んであげたり、フォークに刺して手に持たせてあげるのもいいでしょう。