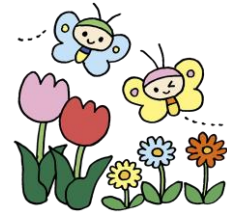




献立表



《もくひょう》

・いろいろな味や舌ざわりを楽しもう



日	曜	献立名
1	金	軟飯 ジャが芋のそぼろ煮 豆腐スープ オレンジ
2	土	軟飯 かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ
4	月	軟飯 肉じゃが 玉葱のみそ汁
5	火	軟飯 とりひき団子のトマト煮 茹で野菜 野菜スープ オレンジ
6	水	軟飯 たらと野菜のしょうゆ煮 ふのみそ汁 バナナ
7	木	軟飯 ササミと芋の甘煮 わかめスープ
8	金	軟飯 豆腐のそぼろあんかけ ポトフ バナナ
9	土	軟飯 さつま芋のだし煮 人参スープ バナナ
11	月	軟飯 ササミとブロッコリーのくたくた煮 ワカメのみそ汁
12	火	軟飯 焼き鮭 ひじきの煮物 春の野菜汁 バナナ
13	水	軟飯 マカロニとひき肉のとろとろ煮 五目スープ オレンジ
14	木	軟飯 鶏団子の野菜あんかけ 白菜のスープ
15	金	軟飯 かぼちゃと鱈の煮物 玉葱のみそ汁 いちご
16	土	軟飯 ジャが芋の煮物 うどん汁 バナナ
18	月	軟飯 ササミと芋のトマト煮 ほうれん草のスープ バナナ
19	火	軟飯 鮭と野菜のだし煮 ねぎのみそ汁 オレンジ
20	水	軟飯 大根とひき肉のコロコロ煮 かぼちゃのスープ
21	木	軟飯 ササミと芋のみそ煮 白菜のスープ バナナ
22	金	軟飯 たらと野菜のトマト煮 ジャが芋のみそ汁 オレンジ
23	土	軟飯 大根の煮物 キャベツのみそ汁 バナナ
25	月	軟飯 ジャが芋のそぼろあんかけ 人参のスープ
26	火	軟飯 鮭と野菜のしょうゆ煮 根菜汁 オレンジ
27	水	軟飯 とりひき団子のしょうゆあん 茹で野菜 うどん汁 バナナ
28	木	軟飯 ササミとパスタの煮物 キャベツのスープ
29	金	昭和の日
30	土	軟飯 さつま芋煮 うどん汁 バナナ

1歳の誕生日を迎えるころには大抵の物が食べられるようになりますが、1歳半ごろを目安にゆっくりと幼児食へと進めましょう。お腹の機能は24ヶ月までは赤ちゃんを基本に判断し、消化の悪い物、刺激の強い物、味の濃い物はまだまだ控えましょう。旬の食材など積極的に取り入れた豊かな食体験が食べる意欲を育みます。