



《給食目標》

・新しい環境での食事に慣れましょう



| 日 | 曜 | 献立名 |
|----|---|--------------------------------|
| 1 | 月 | おかゆ 鶏ササミと人参のやわらか煮 豆腐のみそ汁 バナナ |
| 2 | 火 | おかゆ 豚ひき肉と野菜のそぼろ煮 玉ねぎのスープ ヨーグルト |
| 3 | 水 | 憲法記念の日 |
| 4 | 木 | みどりの日 |
| 5 | 金 | こどもの日 |
| 6 | 土 | おかゆ 野菜入り煮込みうどん バナナ |
| 8 | 月 | おかゆ 鮭と豆腐のちゃんぷるー じゃが芋のみそ汁 オレンジ |
| 9 | 火 | おかゆ 鱈とキャベツのくたくた煮 人参のスープ バナナ |
| 10 | 水 | おかゆ 鶏肉とさつま芋のココロ煮 ほうれん草のみそ汁 いちご |
| 11 | 木 | おかゆ じゃが芋のそぼろ煮 豆腐のみそ汁 バナナ |
| 12 | 金 | おかゆ 鱈のほうれん草あんかけ 根菜のみそ汁 ヨーグルト |
| 13 | 土 | おかゆ ツナとブロッコリーの煮物 わかめスープ バナナ |
| 15 | 月 | おかゆ 豚ひき肉とかぼちゃの甘煮 玉ねぎのスープ オレンジ |
| 16 | 火 | おかゆ ササミと野菜のトロトロ煮 大根のみそ汁 バナナ |
| 17 | 水 | おかゆ 豆腐と野菜のそぼろあんかけ 人参のスープ オレンジ |
| 18 | 木 | おかゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 キャベツのスープ バナナ |
| 19 | 金 | おかゆ 鮭と野菜のあんかけ煮 豆腐のみそ汁 ヨーグルト |
| 20 | 土 | おかゆ 野菜入り煮込みうどん バナナ |
| 22 | 月 | おかゆ 鶏肉とじゃが芋のみそ煮 人参のスープ バナナ |
| 23 | 火 | おかゆ 豚ひき肉と野菜のそぼろ煮 玉ねぎのスープ オレンジ |
| 24 | 水 | おかゆ 鶏肉とブロッコリーのトロトロ煮 麩のスープ バナナ |
| 25 | 木 | おかゆ 大根のツナあんかけ煮 さつま芋のミルクスープ いちご |
| 26 | 金 | おかゆ 鮭と野菜のくたくた煮 小松菜のみそ汁 ヨーグルト |
| 27 | 土 | おかゆ ツナと野菜のやわらか煮 わかめスープ バナナ |
| 29 | 月 | おかゆ 肉じゃが風煮物 キャベツのスープ バナナ |
| 30 | 火 | おかゆ 鱈と野菜のだし煮 玉ねぎのみそ汁 ヨーグルト |
| 31 | 水 | おかゆ ササミとかぼちゃの煮物 人参のスープバナナ |

※手づかみ食べも大事な成長※

7・8カ月前後になると食べ物に手を伸ばしたり、つかんだ物を口に運ぼうとし始めます。このころの手づかみの体験が「自分で食べたい」意欲を育てます。持った物の感触からその重さや軟らかさをはかり、力の入れ具合を調整したり、手のひら、指の腹、指先の使い分けを学習したり、口への運び方を工夫したりとさまざまな力を獲得します。自分で思うように食べられる自由の獲得ほどうれしいことはありません。たつぷり手づかみした手はスプーンをうまく使える手にもなります。