



献立表



《給食目標》

・食事の雰囲気を楽しみましょう。

日	曜	献立名
1	金	おかゆ(軟飯) 肉じゃが風煮物 麩入り野菜スープ バナナ
2	土	おかゆ(軟飯) さつまいもの煮物 うどん汁 バナナ
4	月	おかゆ(軟飯) 鶏ササミとブロッコリーのとろみ煮 野菜スープ
5	火	おかゆ(軟飯) ツナと根菜のコロコロ煮 玉ねぎのスープ りんご煮
6	水	おかゆ(軟飯) かぼちゃのそぼろ煮 なすのみそ汁 ヨーグルト
7	木	おかゆ(軟飯) 鶏肉と人参のやわらか煮 大根のスープ
8	金	おかゆ(軟飯) 鮭と豆腐のあんかけ煮 わかめのみそ汁 オレンジ
9	土	おかゆ(軟飯) じゃが芋のだし煮 うどん汁 バナナ
11	月	おかゆ(軟飯) 鶏肉とブロッコリーの甘煮 小松菜のみそ汁
12	火	おかゆ(軟飯) かぼちゃの鶏ささみあんかけ 野菜スープ
13	水	おかゆ(軟飯) 鮭とキャベツのだし煮 ほうれん草のすまし汁 ヨーグルト
14	木	おかゆ(軟飯) 茹で野菜サラダ 豚汁風みそ汁
15	金	おかゆ(軟飯) ササミとさつまいものコロコロ煮 チンゲン菜スープ バナナ
16	土	おかゆ(軟飯) スティックポテト うどん汁 バナナ
18	月	敬老の日
19	火	おかゆ(軟飯) 鮭と根菜の煮物 キャベツのみそ汁
20	水	おかゆ(軟飯) 鶏ササミとブロッコリーのだし煮 人参のスープ バナナ
21	木	おかゆ(軟飯) なすの豚そぼろあんかけ 根菜のスープ
22	金	おかゆ(軟飯) ひじきとさつまいもの煮物 玉ねぎのみそ汁 オレンジ
23	土	秋分の日
25	月	おかゆ(軟飯) ポテトサラダ 野菜のスープ ヨーグルト
26	火	おかゆ(軟飯) 肉団子と野菜のだし煮 コンソメスープ りんご煮
27	水	おかゆ(軟飯) 花野菜のそぼろ煮 具だくさんうどん
28	木	おかゆ(軟飯) 鱈と根菜のだし煮 ほうれん草のみそ汁 バナナ
29	金	おかゆ(軟飯) ツナと大根のやわらか煮 さつまい汁
30	土	おかゆ(軟飯) かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ

成長につながる遊び食べ

離乳食に慣れてくると、食べものを自分でつかんだり、ぐちゃぐちゃにしたり「遊び食べ」が始まります。これは食べものの感触を確かめ、自分で食べようとする意欲がでてきたサインです。床にシートなどを敷くなどの対策をして成長の過程を見守りましょう。