



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
2	月	おかゆ(軟飯) 茹で野菜サラダ 具だくさんスープ
3	火	おかゆ(軟飯) 鶏肉となすのやわらか煮 じゃが芋のみそ汁
4	水	おかゆ(軟飯) ブロッコリーの豚そぼろ煮 白菜のスープ
5	木	おかゆ(軟飯) 鮭とキャベツのだし煮 玉ねぎのみそ汁
6	金	おかゆ(軟飯) 鶏肉とさつま芋のコロコロ煮 野菜スープ りんご煮
7	土	おかゆ(軟飯) じゃが芋の煮物 うどん汁 バナナ
9	月	スポーツの日
10	火	おかゆ(軟飯) 白身魚の野菜あんかけ えのきのみそ汁
11	水	おかゆ(軟飯) ブロッコリーとツナのトロみ煮 白玉麩入りすまし汁 ヨーグルト
12	木	おかゆ(軟飯) 鶏肉じゃが芋風煮物 野菜スープ
13	金	おかゆ(軟飯) 茹で野菜サラダ 肉団子スープ
14	土	運動会 おかゆ(軟飯) かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ
16	月	おかゆ(軟飯) 花野菜と豆腐のカラフル煮 玉ねぎのスープ
17	火	おかゆ(軟飯) 豚肉と大根のやわらか煮 さつま汁 バナナ
18	水	おかゆ(軟飯) 鶏ササミとブロッコリーのだし煮 ミネストローネ風スープ
19	木	おかゆ(軟飯) さつま芋の鶏そぼろあんかけ 豆腐のスープ
20	金	おかゆ(軟飯) 鮭とひじきの煮物 キャベツのみそ汁 オレンジ
21	土	おかゆ(軟飯) じゃが芋の煮物 うどん汁 バナナ
23	月	おかゆ(軟飯) 鶏肉とかぼちゃの甘煮 コンソメスープ オレンジ
24	火	おかゆ(軟飯) 根菜のコロコロ煮 ちゃんぽん風うどん
25	水	おかゆ(軟飯) かぼちゃのそぼろ煮 野菜スープ バナナ
26	木	おかゆ(軟飯) 鶏肉とマカロニのトマト煮 人参のスープ りんご煮
27	金	おかゆ(軟飯) 鮭とキャベツのやわらか煮 わかめのみそ汁 ヨーグルト
28	土	おかゆ(軟飯) かぼちゃの煮物 うどん汁 バナナ
30	月	おかゆ(軟飯) 花野菜と豚ひき肉のそぼろ煮 玉ねぎのすまし汁 バナナ
31	火	おかゆ(軟飯) 鶏肉とキャベツのだし煮 パンプキンスープ

いろいろな食感のメニューでかむ力を育てていきましょう

口の動きは安定して自由自在になりますが、噛む力はまだ不十分。発達にあったかたさや大きさの離乳食で、噛む練習をしていきましょう。ふわふわ、もちもち、カリカリなどいろいろな食感を体験することで、食べ物の形態に合わせて噛み方を調整する力が身に付きます。やわらかめの肉団子や大きめにカットした茹で野菜など歯ぐきで噛めるかたさのメニューでそしゃくを促してあげましょう。