



# 〇〇 献立一覧表 〇〇

令和6年10月 [乳児]

		1 (火)	2 (水)	3 (木)	4 (金)	5 (土)
10時		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食		米粥 たまねぎのスープ 魚トマト煮 キャベツ和え物	米粥 わかめの味噌汁 肉豆腐 フレンチスパサラ	米粥 野菜スープ煮 かぼちゃの煮物	米粥 豆腐のすまし汁 松風焼き 大根の和風サラダ	米粥 豚そぼろと野菜煮物 かぼちゃのスープ
3時		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	7 (月)	8 (火)	9 (水)	10 (木)	11 (金)	12 (土)
10時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
昼食	米粥 鶏そぼろ 白菜のサラダ バナナ	米粥 じゃがいものみそ汁 魚のムニエル 菜焼き	米粥 けんちん汁 鶏レバー甘辛煮 オレンジ	米粥 スーミータン 豆腐味噌煮 キャベツのおかか和え	米粥 肉団子スープ 納豆和え バナナ	
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
	14 (月)	15 (火)	16 (水)	17 (木)	18 (金)	19 (土)
10時		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食		米粥 なすとペンのミートグラタン 土佐酢和え風 オレンジ	米粥 チンゲン菜と豆腐の味噌汁 鶏肉のくず煮 もやしの炒め煮 バナナ	米粥 鶏肉と野菜煮物 もやしと青菜の和え物	米粥 きゃべつすまし汁 魚の味噌煮 大根サラダ	米粥 鶏肉と野菜の煮物 ビーフンすまし汁
		ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	21 (月)	22 (火)	23 (水)	24 (木)	25 (金)	26 (土)
10時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
昼食	米粥 里芋のみそ汁 豆腐の柔らか煮 キャベツのサラダ	米粥 豆腐の味噌汁 魚のきのこソースかけ かぼちゃサラダ	米粥 もやしと春雨のスープ ホイコーロー キャベツの和えもの	米粥 鶏肉と野菜煮物 ピクルス バナナ	人参粥 とうがんと人参のスープ 肉団子甘辛煮 さつま芋のサラダ バナナ	米粥 鶏肉と野菜のうま煮 豆腐と白菜の味噌汁
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
	28 (月)	29 (火)	30 (水)	31 (木)		
10時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		
昼食	米粥 トマトのシチュー 春雨サラダ オレンジ	米粥 さつま芋のみそ汁 米粉のムニエル 小松菜の和え物 バナナ	米粥 白菜すまし汁 ひき肉とれんこんの和風焼き じゃが芋のおかか煮	米粥 もやしのみそ汁 魚煮物 青菜ときのこの和え物		
3時	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク		

\*都合により献立を変更することがあります。

【離乳中期】歯ぐきと舌を使って上手にもぐもぐできるように粒々の状態で慣らしていきます。食べる食品の種類を増やし、色々な味を体験していきます。

【離乳後期】歯ぐきでつぶし、「カミカミ」の練習が始まります。柔らかく煮た食品を舌・歯ぐきを使いながら食べる基本を練習していきます。

\*午後のおやつは、ミルクになります。

\*アレルギーを起こしやすい食品については、ご家庭で様子を見られた後で進めたいと思います。アレルギー食材については、代替りの食品を提供いたします。

\*その日の体調など十分配慮していきたいと思っておりますので、お気づきの点など遠慮なくご相談下さい。



