

9月 おしょくじカレンダー

離乳食

吉川つばさ保育園

曜日	月	火	水	木	金	土
日	 そろそろ歯ごたえのあるものを噛んで食べる時期です。歯ぐきを使ってカミカミの練習をします。やわらかすぎても固すぎても丸飲みの原因になります。食材の固さは、バナナくらいを目安に。そして、手づかみしやすい調理を。 大人の食事を薄めの味付けにするととり分けも可能になりますね。				1	2
乳児					麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
昼食					・お粥または軟飯 ・豆腐と豚肉の味噌炒め煮 ・花野菜サラダ ・野菜スープ	・五目うどん ・バナナ
おやつ					ミルク コーンフレーク	麦茶 ゆかり粥または軟飯
日	4	5	6	7	8	9
乳児	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト	ミルク バナナ	ミルク 菓子	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト
昼食	・お粥または軟飯 ・鶏ひき肉と夏野菜のトマト煮 ・納豆 ・麩のすまし汁	・お粥または軟飯 ・白身魚のハンバーグ ・きゅうり・トマト ・なすの味噌汁	・お粥または軟飯 ・ポークハヤシ風 ・オレンジ ・野菜スープ	・お粥または軟飯 ・チキンボール ・グリーンサラダ(キャベツ・きゅうり) ・じゃが芋といんげんの味噌汁	・お粥または軟飯 ・炒り豆腐 ・かぼちゃの含め煮 ・わかめの味噌汁	・ミートソーススパゲッティ ・コンスープ
おやつ	ミルク 菓子	麦茶 煮込みそうめん	ミルク ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 パンスティック
日	11	12	13	14	15	16
乳児		麦茶 ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク バナナ	麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
昼食	・お粥または軟飯 ・チキンハンバーグ ・ポテトサラダ ・とろろ昆布汁	・お粥または軟飯 ・カレーの煮つけ ・小松菜と人参のポイル野菜 ・きのこの味噌汁	・お粥または軟飯 ・カレーの煮つけ ・ほうれん草と人参のおかか煮 ・もやしの味噌汁	・お粥または軟飯 ・ミートボール ・茶巾かぼちゃ ・豆腐の味噌汁	・お粥または軟飯 ・水餃子 ・じゃが芋の炒め煮 ・青菜の味噌汁	・わかめうどん ・バナナ
おやつ	ミルク 味噌粥または軟飯	ミルク ホットケーキ	麦茶 ヨーグルト	ミルク 人参蒸しパン	ミルク 蒸しパン	麦茶 粥または軟飯
日	18	19	20	21	22	23
乳児	敬老の日	ミルク コーンフレーク	麦茶 ヨーグルト	ミルク バナナ	ミルク 菓子	秋分の日
昼食		・お粥または軟飯 ・カレーの煮つけ ・キャベツの磯和え ・なめこの味噌汁	・お粥または軟飯 ・肉じゃが ・オレンジ ・野菜スープ	・お粥または軟飯 ・麻婆豆腐 ・ブロッコリーとキャベツのサラダ ・もやしとわかめの味噌汁	・お粥または軟飯 ・鶏ひき肉と野菜のあんかけ ・マカロニソテー ・コンスープ	
おやつ		ミルク レモンソーダ	ミルク こふき芋	ミルク ソフトフランスパン	ミルク お粥または軟飯	
日	25	26	27	28	29	30
乳児	ミルク 菓子	ミルク バナナ	麦茶 ヨーグルト	ミルク コーンフレーク	ミルク 菓子	麦茶 ヨーグルト
昼食	・お粥または軟飯 ・チキンボールと野菜の煮込み ・スティックきゅうり ・小松菜の味噌汁	・お粥または軟飯 ・カレーの出汁あんかけ ・スイートポテトサラダ ・茄子の味噌汁	・お粥または軟飯 ・マカロニチキングラタン風 ・バナナ ・青梗菜スープ	・お粥または軟飯 ・白身魚とパスタの和風煮 ・五目煮 ・麩のすまし汁	・お粥または軟飯 ・シュウマイ ・かぼちゃとブロッコリーの煮物 ・わかめスープ	・鶏なんばん ・オレンジ
おやつ	ミルク ゆかり粥または軟飯	ミルク 坦々うどん	ミルク ゼリー	ミルク 味噌クッキー	ミルク いももち	麦茶 パンスティック

*行事や材料の都合により、献立を変更することがありますので、ご了承ください。