



# 1月の離乳食献立

# さくら保育園



## 離乳食だより

本年もよろしく

お願い致します



日	曜	主食	副食(中期)7~8ヶ月ごろ モグモグ期/舌でつぶせるかたさ		副食(後期)9~11ヶ月ごろ カミカミ期/歯茎でつぶせるかたさ	
6	月	おかゆ	白身魚のスープ煮	煮びたし	白身魚のスープ煮	煮びたし
7	火	おかゆ	豆腐のみそ煮	野菜スープ	豆腐のみそ煮	野菜スープ
8	水	おかゆ	鶏肉のだし煮	つぶしバナナ	鶏肉のだし煮	バナナ
9	木	おかゆ	肉じゃが	みそスープ	肉じゃが	みそスープ
10	金	おかゆ	鶏肉の肉じゃが	野菜スープ	鶏肉の肉じゃが	野菜スープ
14	火	おかゆ	白身魚のくず煮	野菜スープ	白身魚のくず煮	野菜スープ
15	水	おかゆ	鶏肉のだし煮	みそスープ	鶏肉のだし煮	みそスープ
16	木	おかゆ	白身魚のだし煮	じゃがいもの煮物	白身魚のだし煮	じゃがいもの煮物
17	金	おかゆ	鶏肉の煮物	野菜スープ	鶏肉の煮物	野菜スープ
20	月	おかゆ	鶏ひき肉のくず煮	みそスープ	鶏ひき肉のくず煮	みそスープ
21	火	おかゆ	野菜スープ煮	じゃがいもの煮物	野菜のスープ煮	じゃがいもの煮物
22	水	おかゆ	鶏肉のくず煮	野菜の煮物	鶏肉のくず煮	野菜の煮物
23	木	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	つぶしバナナ	鶏肉のそぼろ煮	バナナ
24	金	おかゆ	白身魚のくず煮	トマトスープ	白身魚のくず煮	トマトスープ
27	月	おかゆ	白身魚のくず煮	野菜スープ	白身魚のくず煮	野菜スープ
28	火	おかゆ	麩のトマト煮	つぶしバナナ	麩のトマト煮	バナナ
29	水	おかゆ	じゃがいものそぼろ煮	煮びたし	じゃがいものそぼろ煮	煮びたし
30	木	おかゆ	豆腐のみそ煮	つぶしバナナ	豆腐のみそ煮	バナナ
31	金	おかゆ	白身魚のだし煮	みそスープ	白身魚のだし煮	みそスープ

### ベビーフードを利用する時のポイント

年末年始はおでかけする機会が多くなる季節ですね。上手に活用しましょう☆

- ◆ 子どもの月齢やかたさの合ったものを選び、与える前には一口食べて確認を
- ◆ 用途に合わせて上手に選択を  
そのまま主食やおかずとして食べさせられるもの、調理しにくい素材を下ごしらえしたのものなど、用途に合わせて選びましょう
- ◆ 料理名や原材料が偏らないようにする  
離乳食がすすみ、2回食になったら、ごはんや麺類などの「主食」、野菜を使った「副菜」、たんぱく質性食品の入った「主菜」がそろう食事内容にする
- ◆ 開封後の保存には注意する。  
食べ残しや作り置きは与えない

※ 仕入れ状況によりメニューの変更がありますので、ご了承ください。

**さくら保育園**

**はっぴうかい!**

☆令和2年 1月11日(土)☆  
小山市立文化センター・大ホールにて

\* 開場 AM8:00  
開演時間 AM8:15~PM12:30