



# 6月の離乳食献立

# さくら保育園

園長印



## 離乳食だより

### 衛生面のポイント

乳幼児は大人と比べ、細菌に対する抵抗力が弱いです。離乳食は水分が多く薄味であり、つぶす、刻むなどの調理操作をすることから、細菌に汚染されやすいと言えます。衛生的に取り扱うことが重要です。

#### ①清潔に調理する

- よく手を洗う。
- 生ものを取り扱った調理器具は煮沸消毒する。

#### ②よく加熱する

- 食品の中心温度が85℃以上になるよう十分加熱する。
- 手際よく調理して細菌の繁殖を防ぐ。

#### ③食べ残しは与えない



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	
1	金	おかゆ	白身魚のトマト煮	野菜スープ	白身魚のトマト煮	野菜スープ
4	月	おかゆ	かぼちやの鶏そぼろ煮	野菜スープ	かぼちやの鶏そぼろ煮	野菜スープ
5	火	おかゆ	鶏肉のくず煮	煮びたし	鶏肉のくず煮	煮びたし
6	水	おかゆ	白身魚のみそ煮	野菜スープ	白身魚のみそ煮	野菜スープ
7	木	おかゆ	豆腐のくず煮	みそスープ	豆腐のくず煮	みそスープ
8	金	おかゆ	麩のみそ煮	野菜スープ	麩のみそ煮	野菜スープ
11	月	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
12	火	おかゆ	豆腐のみそ煮	煮びたし	豆腐のみそ煮	煮びたし
13	水	おかゆ	白身魚のくず煮	煮物	白身魚のくず煮	煮物
14	木	おかゆ	鶏肉のみそ煮	つぶしバナナ	鶏肉のみそ煮	つぶしバナナ
15	金	おかゆ	白身魚のそぼろ煮	みそスープ	白身魚のそぼろ煮	みそスープ
18	月	おかゆ	白身魚のくず煮	煮びたし	白身魚のくず煮	煮びたし
19	火	おかゆ	鶏肉の野菜あんかけ	みそスープ	鶏肉の野菜あんかけ	みそスープ
20	水	おかゆ	麩のみそ煮	煮びたし	麩のみそ煮	煮びたし
21	木	おかゆ	白身魚のトマト煮	野菜スープ	白身魚のトマト煮	野菜スープ
22	金	うどん	うどんくたくた煮	煮びたし	うどんくたくた煮	煮びたし
25	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
26	火	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	みそスープ	鶏肉のそぼろ煮	みそスープ
27	水	おかゆ	豆腐のトマト煮	煮びたし	豆腐のトマト煮	煮びたし
28	木	おかゆ	麩の煮物	つぶしバナナ	麩の煮物	つぶしバナナ
29	金	おかゆ	白身魚のそぼろ煮	煮物	白身魚のそぼろ煮	煮物

※仕入れ状況に状況によりメニューが変わることがあります。ご了承下さい。