



8月の離乳食献立

さくら保育園

園長印

離乳食だより



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	水	おかゆ	鶏肉のトマト煮	みそスープ	鶏肉のトマト煮	みそスープ
2	木	おかゆ	かぼちゃのそぼろ煮	つぶしバナナ	かぼちゃのそぼろ煮	つぶしバナナ
3	金	うどん	うどんのくたくた煮	トマトスープ	うどんのくたくた煮	トマトスープ
6	月	おかゆ	豆腐のトマト煮	みそスープ	豆腐のトマト煮	みそスープ
7	火	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	煮物	鶏肉のそぼろ煮	煮物
8	水	おかゆ	白身魚のトマト煮	みそスープ	白身魚のトマト煮	みそスープ
9	木	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
10	金	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	トマトスープ	鶏肉のそぼろ煮	トマトスープ
17	金	おかゆ	白身魚の野菜あんかけ	野菜スープ	白身魚の野菜あんかけ	野菜スープ
20	月	おかゆ	豆腐のみそ煮	煮物	豆腐のみそ煮	煮物
21	火	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	つぶしバナナ	鶏肉のそぼろ煮	つぶしバナナ
22	水	うどん	うどんのくたくた煮	煮物	うどんのくたくた煮	煮物
23	木	おかゆ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ	鶏肉のトマト煮	野菜スープ
24	金	おかゆ	豆腐のくず煮	煮びたし	豆腐のくず煮	煮びたし
27	月	おかゆ	白身魚のくず煮	みそスープ	白身魚のくず煮	みそスープ
28	火	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
29	水	おかゆ	鶏肉のそぼろ煮	野菜スープ	鶏肉のそぼろ煮	野菜スープ
30	木	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
31	金	おかゆ	白身魚のくず煮	煮物	白身魚のくず煮	煮物

かんで食べる力をつけるために、
食べる時の姿勢は大切です★

<5~6ヶ月ごろ>

なめらかにすりつぶした状態のものを食べる時期は、上半身はやや後ろに傾いた状態で、口を開けた時に舌の上側が床と平行になるようにします。口の中に入った食べ物がのどの奥に流れ、ゴクンと飲み込むことができます。

<7~8ヶ月ごろ>

粒状の離乳食を食べる時期には、一人で座れるようになったら、足底が床やイスの補助板につくようにします。粒状の離乳食を押しつぶしながら食べるためのあごや舌の力が入りやすくなります。足底を床などにつける姿勢は、幼児期にかけても続けていきましょう。

<9~11ヶ月ごろ>

自分で食べる動きが始まる時期には、自分の手が届くテーブルで、上半身がやや前傾した姿勢がとれるようにイスとテーブルを調整します。



※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。