



*食材の都合により献立を変更する事があります。

日付	初期(ごっくん期) 5~8ヶ月		中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月		後期(かみかみ期) 9~11ヶ月		2回食 pm3:00 後期~
	ヨーグルト状	ペースト	豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	
01(土)	つぶし粥・野菜ペースト・ほうれん草ペースト・根菜スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	スコーン
03(月)	つぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト・豆腐のスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	さつま芋の茶斤
04(火)	つぶし粥・野菜ペースト・南瓜ペースト・へちまスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ココア蒸しパン
05(水)	つぶし粥・玉葱ペースト・冬瓜人参ペースト・ゆし豆腐		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	パンケーキ
06(木)	つぶし粥・豆腐野菜ペースト・しらす大根ペースト・玉葱スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	野菜ゼリー
07(金)	きびつぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト・ポテトスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ゆでとうもろこしマッシュ
08(土)	つぶし粥・野菜ペースト・トマトスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	マッシュポテト
10(月)	きな粉全粥・冬瓜スープ・モーイペースト		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ポンデケーキ
11(火)	つぶし粥・オクラペースト・野菜ペースト・たまねぎスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	鮭おにぎり
12(水)	つぶし粥・魚のミルクペースト・野菜ペースト・たまねぎスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	せんべい
13(木)	つぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト・冬瓜スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ぜんざい
14(金)	つぶし粥・豆腐ペースト・人参ペースト・キャベツスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ちんぴん
15(土)	つぶし粥・ミルクシチュー・キャベツペースト・人参ペースト		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	蒸しパン
17(月)	つぶし粥・トマトペースト・南煮ペースト・野菜スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ぼろぼろジュシー
18(火)	つぶし粥・コーンペースト・野菜ペースト・ゆし豆腐		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	もちもちどら焼き

*食材の都合により献立を変更する事があります。

日付	初期(ごっくん期) 5~8ヶ月		中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月		後期(かみかみ期) 9~11ヶ月		2回食 pm3:00 後期~
	ヨーグルト状	ペースト	豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	
19(水)	つぶし粥・野菜ペースト・ほうれん草ペースト・根菜スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	いちごジャムパン
20(木)	つぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト・豆腐のスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	米かむクッキー
21(金)	つぶし粥・野菜ペースト・南瓜ペースト・へちまスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	よもぎホットケーキ
22(土)	つぶし粥・玉葱ペースト・冬瓜人参ペースト・ゆし豆腐		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	マカロニきな粉
24(月)	つぶし粥・豆腐野菜ペースト・しらす大根ペースト・玉葱スープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	枝豆じゃこ粥
25(火)	きびつぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト・ポテトスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	焼きいも
26(水)	つぶし粥・野菜ペースト・トマトスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	パンケーキ
27(木)	きな粉全粥・冬瓜スープ・モーイペースト		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	野菜パンケーキ
28(金)	つぶし粥・オクラペースト・野菜ペースト・たまねぎスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	コーンフ레이크粥
29(土)	つぶし粥・魚のミルクペースト・野菜ペースト・たまねぎスープ		豆腐の固さ	マッシュ	バナナの固さ	柔らかく刻み	ふかし芋



咀嚼力UPには運動も大切!

柔らかい物が増える傾向にある現代の食事。「丸飲み」や「噛みずに出してしまう」といった悩みも乳児期に多く聞かれます。食べ物を噛む力＝咀嚼力の発達には、寝返り、はいはい、あんよなど、全身を大きく動かす運動が関係しています。離乳食が始まったら、ぜひ担当の保育者にご相談いただき、赤ちゃんの運動機能の発達を家庭と園とで確認しながら進めていきましょう。



*離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

