

令和2年1月献立表（中期・モグモグ期）

●ひとことメッセージ● 飲み込むことが上手になると、もぐもぐせずに飲み込んでしまう赤ちゃんもいます。そのような時は、離乳食の形態が合った固さかどうか、現在よりも少し形のある刻んだものを試してみましょう。その時に「おいしいね。もぐもぐしようね。」と、声をかけることも大切です。様子をみながら進めていきましょう。		1	2	3	4
		水	木	金	土
		元旦	休園日	休園日	鶏だしうどん 根菜のうま煮 煮りんごのきなこ和え
					ミルク
6	7	8	9	10	11
月	火	水	木	金	土
キャベツ粥 鶏肉の彩り煮 野菜スープ	トマトあんかけにゆう麺 ヨーグルトサラダ 野菜スープ	ほうれん草粥 ひき肉の紅白あん 野菜スープ	7倍粥 たらのトマト煮 野菜スープ	トマト粥 鶏肉のほうれん草煮 野菜スープ	野菜たっぷりうどん きゅうりのすり流し マッシュポテト
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
13	14	15	16	17	18
月	火	水	木	金	土
成人の日	ほうれん草粥 そばろの三色あん 野菜スープ	りんご粥 カレーと青菜の煮物 野菜スープ	具だくさんうどん ささみのチーズ煮 ブロッコリーの二色和え	にんじん粥 小松菜のそばろ煮 野菜スープ	キャベツ入りにゆう麺 ツナサラダ かぶのとろとろ煮
	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
20	21	22	23	24	25
月	火	水	木	金	土
トマト粥 お肉とキャベツのとろり煮 野菜スープ	7倍粥 鮭の二色煮 野菜スープ	さつまいも粥 鶏肉のトマト煮 野菜スープ	ちらし粥 たらのほうれん草あんかけ 野菜スープ	三色粥 豆腐のしらすあん 野菜スープ	ひすいうどん 野菜のコトコト煮 ホットアップルサラダ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
27	28	29	30	31	
月	火	水	木	金	
7倍粥 鶏肉のカラフルあん 野菜スープ	しらす粥 カレーとキャベツのうま煮 野菜スープ	クリームうどん キャベツの二色和え かぶのだし煮	大根粥 豆腐のひじき煮 野菜スープ	りんご粥 カレーの彩り煮 野菜スープ	
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

令和2年1月献立表（後期・カミカミ期）

●ひとことメッセージ● 必要以上に食べ物を小さく切ったり、 柔らかすぎてしまうとまる飲みや早食いの 原因になってしまうこともあります。 野菜などは大人が指に少し力を入れて つぶせる固さくらいがよいでしょう。 また、次から次へとスプーンを口に運んで しまうのではなく、しっかりと咀嚼して いるか確認し、あせらず食べられるように		1	2	3	4
		水	木	金	土
		元旦	休園日	休園日	
				鶏だしょうどん 根菜のうま煮 煮りんごのきなこ和え	
				チーズ蒸しパン ミルク	
6	7	8	9	10	11
月	火	水	木	金	土
キャベツ粥 ホクホククリーム煮 彩りサラダ 野菜スープ	トマトあんかけにゆう麺 ヨーグルトサラダ 豆乳チャウダー	小豆粥 赤ちゃん松風焼き 大根とにんじんの紅白煮 赤ちゃんすまし汁	5倍粥 たらのトマトあんかけ きゅうりとレタスの和え物 くずし豆腐のスープ	トマト粥 鶏肉のほうれん草煮 かぶのサラダ 野菜スープ	野菜たっぷりうどん コロコロサラダ マッシュポテト
手作りベビークッキー ミルク	大根菜粥 ミルク	スイートポテト ミルク	しらすおやき ミルク	小豆蒸しパン ミルク	カラフルオムレツ ミルク
13	14	15	16	17	18
月	火	水	木	金	土
成人の日	ほうれん草粥 肉団子の三色あん ごぼうのやわらかサラダ 野菜スープ	りんご粥 カレーの味噌煮 わかめと青菜のお浸し 赤ちゃんすまし汁	具だくさんうどん ささみのチーズ焼き ブロッコリーの二色和え	にんじん粥 赤ちゃんつくね 小松菜のとろとろ煮 赤ちゃん味噌汁	鶏肉のきのこのにゆう麺 ツナサラダ かぶのとろとろ煮
	手作りボーロ ミルク	やわらかプリン ミルク	赤ちゃんドリア ミルク	豆乳の麩レンチトースト ミルク	りんごの甘煮 ミルク
20	21	22	23	24	25
月	火	水	木	金	土
トマト粥 赤ちゃんコロッケ 千切りキャベツサラダ 赤ちゃん味噌汁	5倍粥 鮭の中華ソース もやしとほうれん草の和え物 野菜スープ	さつまいも粥 鶏肉のトマト煮 さっぱりサラダ 野菜スープ	ちらし粥 たらの照り焼き やわらか茶碗蒸し 赤ちゃんすまし汁	三色粥 豆腐のしらすあん かぼちゃのくずし煮 赤ちゃん味噌汁	ひすいうどん 野菜の炒め煮 ホットアップルサラダ
さつまいも団子 ミルク	コロコロおにぎり ミルク	けんちんうどん ミルク	豆乳きなこ寒天 ミルク	お麩ラスク ミルク	お好み焼き風おやき ミルク
27	28	29	30	31	
月	火	水	木	金	
5倍粥 赤ちゃんプルコギ コーンサラダ 野菜スープ	しらす粥 カレーの大根の煮物 キャベツのきなこ和え 赤ちゃん味噌汁	クリームうどん コールスローサラダ かぶのだし煮	大根粥 豆腐ハンバーグ ひじきの煮物 赤ちゃん味噌汁	りんご粥 フィッシュンチュー 野菜スティック 野菜スープ	
こふき芋 ミルク	いちご蒸しパン ミルク	卵雑炊 ミルク	ミルクプリン ミルク	チーズトースト ミルク	

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園

令和2年1月献立表（完了期・パクパク期）

<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>この時期はまだ奥歯が生えそろうていない赤ちゃんが多いです。そのため、お肉のように繊維があって噛み切りづらいものや歯ごたえのあるものは食べるのが難しい場合があります。このような時は、繊維を断つように切ったり、片栗粉をまぶして焼くとふんわりとやわらかな食感になり、</p>		1	2	3	4
		水	木	金	土
		元旦	休園日	休園日	鶏だしうどん 根菜のうま煮 りんご
					チーズ蒸しパン 麦茶
6	7	8	9	10	11
月	火	水	木	金	土
キャベツ粥 ホクホククリーム煮 フレンチサラダ 野菜スープ みかん	トマトスパゲティ シーザーサラダ 豆乳チャウダー りんご	小豆粥 赤ちゃん松風焼き 大根とにんじんの紅白煮 赤ちゃんすまし汁 いちご	軟飯 たらのケチャップあんかけ きゅうりとレタスの中華和え くずし豆腐のスープ ヨーグルト	トマト粥 豚肉のやわらか煮 かぶのマリネ風 ほうれん草のスープ みかん	野菜たっぷり赤ちゃんタンメン コロコロサラダ グレープ寒天
手作りベビークッキー 麦茶	大根菜粥 麦茶	スイートポテト 麦茶	しらすおやき 麦茶	小豆蒸しパン 麦茶	カラフルオムレツ 麦茶
13	14	15	16	17	18
月	火	水	木	金	土
成人の日	ほうれん草粥 肉団子の三色あん ごぼうのやわらかサラダ 野菜スープ いちご	軟飯 さばの味噌煮 わかめと青菜のお浸し 赤ちゃんすまし汁 りんご	具だくさんラーメン ささみのチーズ焼き ブロッコリーの二色サラダ みかん	にんじん粥 赤ちゃんつくね 小松菜のとろとろ煮 じゃがいもの味噌汁 ヨーグルト	鶏肉ときのこスパゲティ ツナサラダ かぶのスープ オレンジ寒天
	手作りボーロ 麦茶	やわらかプリン 麦茶	赤ちゃんドリア 麦茶	豆乳の麩レンチトースト 麦茶	りんごの甘煮 麦茶
20	21	22	23	24	25
月	火	水	木 お誕生会	金	土
トマト粥 赤ちゃんコロケ 千切りキャベツのサラダ かぼちゃの味噌汁 いちご	軟飯 さわらの中華ソース もやしとほうれん草のごま和え 卵スープ グレープ寒天	さつまいも粥 豚肉のトマト煮 さっぱりサラダ ポクポクポトフ ヨーグルト	ちらし粥 たらの照り焼き やわらか茶碗蒸し ほうれん草とお麩のすまし汁 1月のパースディケーキ	三色粥 豆腐のしらすあん かぼちゃのくずし煮 キャベツの味噌汁 みかん	ひすいうどん 野菜の炒め煮 りんご
さつまいも団子 麦茶	コロコロおにぎり 麦茶	けんちんうどん 麦茶	豆乳きなこ寒天 麦茶	お麩ラスク 麦茶	お好み焼き風おやき 麦茶
27	28	29	30	31	
月	火	水	木	金	
軟飯 赤ちゃんプルコギ コーンサラダ わかめスープ 赤ちゃんりんご寒天	しらす粥 カレーと大根の煮物 キャベツのきなこ和え 根菜の味噌汁 ヨーグルト	クリームスパゲティ コールスローサラダ トマトスープ いちご	大根粥 豆腐ハンバーグ 五目ひじき 小松菜の味噌汁 みかん	軟飯 フィッシュンチュー 野菜スティック 野菜スープ りんご	
こふき芋 麦茶	いちご蒸しパン 麦茶	卵雑炊 麦茶	ミルクプリン 麦茶	チーズトースト 麦茶	

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

※ 発達や食行動にあわせて調理方法を変えていきます。

からまつ保育園