

令和元年6月献立表（中期・モグモグ期）

					<p>●ひとこメッセージ●</p> <p>中期食は食べものを口に入れた後、口を左右にモグモグと動かしてしっかりと飲み込んでいることを確認しましょう。舌にのせた食べものを上あごに押し当ててつぶして食べるので、絹ごし豆腐くらいのかたさが目安です。食べることに慣れることが大切ですのでお子さんのペースに合わせて進めていきましょう。</p>	<p>1 土</p> <p>ひすいうどん じゃがいものそばろ煮 りんごとさつまいものペースト</p> <p>ミルク</p>
3	4	5	6	7	8	
月	火	水	木	金	土	
たまご粥 鶏肉のキャベツあん 野菜スープ	りんご粥 カレイのとり煮 野菜スープ	カラフル粥 小松菜と鶏肉の煮物 野菜スープ	7倍粥 豆腐のそばろあんかけ 野菜スープ	パン粥 ささみのトマト煮 野菜スープ	鶏だしうどん じゃがいもとツナのサラダ 二色和え	
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	
10	11	12	13	14	15	
月	火	水	木	金	土	
7倍粥 ほぐし鶏の豆腐あんかけ 野菜スープ	にんじん粥 白身魚のブロッコリー煮 野菜スープ	トマト粥 豆腐と小松菜の煮物 野菜スープ	あんかけうどん 白菜の煮浸し 野菜スープ	キャベツ粥 たらときゅうりのあんかけ 野菜スープ	トマトにゆう麺 きざみ小松菜のだし煮 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	
17	18	19	20	21	22	
月	火	水	木	金	土	
7倍粥 ささみとりんごの炒め煮 野菜スープ	しらす粥 鮭のみぞれ煮 野菜スープ	三色粥 大根のそばろあんかけ 野菜スープ	きなこ粥 チキンのクリーム煮 野菜スープ	7倍粥 たらのキャベツあん 野菜スープ	ひき肉の煮込みうどん きゅうりのすり流し 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	
24	25	26	27	28	29	
月	火	水	木	金	土	
さつまいも粥 豆腐となすのとり煮 野菜スープ	カラフルリゾット マッシュポテトのそばろあん 野菜スープ	7倍粥 蒸し鶏の野菜ソース 野菜スープ	彩り粥 カレイほぐし煮 野菜スープ	ツナとトマトのにゆう麺 にんじんのグラッセ 野菜のヨーグルト和え	かきたまうどん きゅうりのチーズサラダ りんごとさつまいもの甘煮	
ミルク	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。

からまつ保育園

令和元年6月献立表（後期・カミカミ期）

		●ひとこメッセージ●				1
		後期食は食べものをまる飲みしないように、口をよく動かして食べているか確認しましょう。かたさや大きさが合わないと口からベーッと出してしまうことがあります。歯茎でつぶせるバナナくらいのかたさが目安です。5ミリ角くらいの大きさから始めて、慣れてきたらかたさは変えずに少しずつ大きさを大きくしていくと歯茎で噛む練習にもつながります。食べ方を見ながら少しずつ進めていきましょう。				土
3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土	
たまご粥 鶏肉のチーズ衣焼き キャベツとにんじんのお浸し 赤ちゃんすまし汁	りんご粥 カレーの味噌煮 きゅうりの納豆和え 野菜たっぷり汁	カラフル粥 中華風そばろ煮 大根のバンバンジーサラダ 野菜スープ	ひじき粥 赤ちゃん松風焼き きゅうりとわかめの和えもの 赤ちゃんすまし汁	チーズトースト ささみのトマト煮 マカロニサラダ 野菜スープ	鶏だしうどん じゃがいもとツナのサラダ 二色和え	
スイートポテト ミルク	豆乳プリン ミルク	りんごヨーグルト ミルク	きな粉蒸しパン ミルク	にゅう麺 ミルク	シュガートースト ミルク	
10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土	
5倍粥 鶏肉の卵とじ 三色ごま和え 赤ちゃん味噌汁	にんじん粥 白身魚のトロみかけ ブロッコリーのおかか和え 赤ちゃん味噌汁	トマト粥 豆腐ちゃんぷる キャベツのチーズ焼き 野菜スープ	あんかけうどん 白菜とわかめの煮浸し 野菜スープ	キャベツ粥 たらの甘辛煮 きゅうりとトマトの和えもの 長葱と油揚げの味噌汁	トマトにゅう麺 小松菜のサラダ マッシュポテト	
お麩ラスク ミルク	焼うどん ミルク	こふきいも ミルク	さつまいものヨーグルトかけ ミルク	麩レンチトースト ミルク	野菜オムレツ ミルク	
17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土	
5倍粥 ささみと野菜の炒めもの 大根とりんごのサラダ 野菜スープ	しらす粥 鮭の照り焼き 根菜のきんぴら 赤ちゃん味噌汁	三色粥 大根のそばろあんかけ ころころ野菜の煮物 赤ちゃん味噌汁	きなこ粥 チキンのクリーム煮 ジャーマンポテト 野菜スープ	5倍粥 たらのパン粉焼き さっぱりサラダ 野菜スープ	ひき肉の煮込みうどん ひじきサラダ ホットアップルサラダ	
ミルクプリン ミルク	豆腐クリームドリア ミルク	パンプディング ミルク	ちゃんぽんうどん ミルク	豆乳蒸しパン ミルク	じゃがいもおやき ミルク	
24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土	
さつまいも粥 豆腐となすのトロトロ煮 彩り野菜の寒天寄せ 野菜スープ	カラフルリゾット 赤ちゃんハンバーグ ポテトサラダ トマトスープ	お誕生会	5倍粥 蒸し鶏の野菜ソース わかめとにんじんのごま和え 赤ちゃん味噌汁	彩り粥 カレーの味噌焼き なめらか茶碗蒸し 赤ちゃんすまし汁	ツナとトマトのにゅう麺 ジュレサラダ 野菜のヨーグルト和え	
お麩ピザ ミルク	フルーツコンポート ミルク	トマトマカロニ ミルク	手作り赤ちゃんクッキー ミルク	米粉蒸しパン ミルク	お麩ラスク 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。

からまつ保育園

令和元年6月献立表（完了期・パクパク期）



●ひとこメッセージ●

完了食は咀嚼の基本をつくるための
噛む力をつける時期です。食材は角切り
だけでなく、薄い輪切りや小さ目の乱切り、
3~4センチのスティック状などさまざまな
形に切ると前歯でかじり取ったり、奥の歯茎で
かむ練習になります。
口を上下左右に動かして食べているか確認し、
かたさや大きさを工夫しましょう。
かたさは柔らかく煮たにんじんくらいが目安です。

1 土					
ひすいうどん じゃがいものそばろ煮 りんご パン格拉タン 麦茶					
3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土
たまご粥 鶏肉のチーズ衣焼き キャベツとにんじんのお浸し わかめのすまし汁 メロン	軟飯 さばの味噌煮 千切りサラダ きゅうりの納豆和え 赤ちゃんりんご寒天	カラフル粥 中華風そばろ煮 大根のバンバンジーサラダ 春雨スープ グレープ寒天	ひじき粥 赤ちゃん松風焼き きゅうりとわかめの酢のもの 麩のすまし汁 スイカ	チーズトースト 豚肉のトマト煮 マカロニサラダ ほうれん草のスープ ヨーグルト	鶏だしラーメン じゃがいもとツナのサラダ アップル寒天
スイートポテト 麦茶	豆乳プリン 麦茶	りんごヨーグルト 麦茶	きな粉蒸しパン 麦茶	にゅう麺 麦茶	シュガートースト 麦茶
10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土
軟飯 鶏肉の卵とじ 三色ごま和え 豆腐の味噌汁 りんご	にんじん粥 白身魚のとろみがけ ブロッコリーのおかか和え 麩の味噌汁 ヨーグルト	トマト粥 豆腐ちゃんぷる キャベツのチーズ焼き 小松菜のスープ スイカ	あんかけ焼きそば 白菜の煮浸し わかめスープ メロン	キャベツ粥 たらの甘辛煮 きゅうりとトマトの和えもの 長葱と油揚げの味噌汁 りんご	トマトスパゲティ 小松菜とベーコンのサラダ 野菜スープ オレンジ寒天
お麩ラスク 麦茶	焼うどん 麦茶	こふきいも 麦茶	さつまいものヨーグルトかけ 麦茶	麩レンチトースト 麦茶	野菜オムレツ 麦茶
17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土
軟飯 豚肉と野菜の炒めもの 大根とツナのサラダ たまごスープ 赤ちゃんみかん寒天	しらす粥 鮭の照り焼き 根菜のきんぴら えのきの味噌汁 りんご	三色粥 大根のそばろあんかけ ころころ野菜の煮物 赤ちゃん味噌汁 ヨーグルト	きなこ粥 豚肉のクリーム煮 ジャーマンポテト 野菜スープ アップル寒天	軟飯 かじきのパン粉焼き さっぱりサラダ 野菜スープ メロン	もやしとひき肉の焼きそば ひじきサラダ 大根スープ りんご
ミルクプリン 麦茶	豆腐クリームドリア 麦茶	パンプディング 麦茶	ちゃんぽんうどん 麦茶	豆乳蒸しパン 麦茶	じゃがいもおやき 麦茶
24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土
さつまいも粥 豆腐となすのとろろ煮 彩り野菜の寒天寄せ 野菜スープ グレープ寒天 お麩ピザ 麦茶	カラフルリゾット 赤ちゃんハンバーグ ポテトサラダ トマトスープ 6月のパースディケーキ フルーツコンポート 麦茶	軟飯 蒸し鶏の野菜ソース いんげんとにんじんのごま和え 厚揚げの味噌汁 ヨーグルト トマトマカロニ 麦茶	彩り粥 カレイの味噌焼き なめらか茶碗蒸し 小松菜とえのきのすまし汁 スイカ 手作り赤ちゃんクッキー 麦茶	ツナとトマトのスパゲティ ジュレサラダ オニオンスープ ヨーグルト 米粉蒸しパン 麦茶	かきたまうどん きゅうりのチーズサラダ りんご お麩ラスク 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