

令和4年5月献立表（中期・モグモグ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
7倍粥 トマトと豆腐のだし煮 野菜スープ	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	トマト粥 キャベツのとろとろ煮 野菜スープ	やわらかうどん 野菜の煮物 さつまいもマッシュ
ミルク				ミルク	ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
7倍粥 白身魚のブロッコリーあん 野菜スープ	彩り粥 ほうれん草のとろとろ煮 野菜スープ	野菜たっぷりうどん 小松菜のそぼろあん トマトのすり流し	ブロッコリー粥 ささみのだし煮 野菜スープ	パン粥 白身魚のうま煮 野菜スープ	ひすいうどん にんじんのやわらか煮 じゃがいもペースト
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
ほうれん草粥 さつまいものしらす和え 野菜スープ	トマト粥 じゃがいもと豆腐のとろ煮 野菜スープ	7倍粥 鮭とキャベツのしぐれ煮 野菜スープ	パン粥 ささみのやわらか煮 野菜スープ	にんじん粥 たらの野菜あん 野菜スープ	豆乳うどん ふろふき大根 小松菜の和え物
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
7倍粥 豆腐のふわふわ焼き さつまいも入りスープ	しらす入りうどん ささみのみぞれ煮 キャベツのチーズ和え	7倍粥 白身魚の納豆和え 野菜スープ	ブロッコリー粥 にんじんのやわらか煮 野菜スープ	ほうとう風うどん キャベツのヨーグルトがけ さつまいものとろ煮	鶏だしにゅうめん 青菜のペースト りんごのやわらか煮
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
30	31	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-right: 10px;">お誕生会</div>  </div>			
月	火				
鶏入り粥 ブロッコリーのうま煮 野菜スープ	納豆粥 鮭のだし煮 野菜スープ				
ミルク	ミルク	<p style="text-align: center;">●ひとことメッセージ●</p> <p>中期食では、まず食事に慣れることを目指していきます。自分の口の中に食事を取り入れられているか、口に入れてモグモグと舌を上手に動かしているか、しっかりと確認をします。お子さんの体調を見つつ、無理なく、慎重に進めていきましょう。</p>			

※ 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4年5月献立表（後期・カミカミ期）

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
ツナコーン粥 ひじきのやわらか煮 豆腐入り赤ちゃん味噌汁	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	トマトうどん カラフルサラダ キャベツのとろとろ煮	やわらかうどん 野菜のソテー さつまいもの甘煮
手作りクッキー ミルク				やわらかミルクプリン ミルク	ヨーグルト ミルク
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
5倍粥 白身魚の煮物 豆腐のクリーム 小松菜入りスープ	二色粥 豆腐ステーキのツナあんかけ ほうれん草のソテー 野菜スープ	野菜たっぷりうどん お麩入り肉団子 トマトのチーズサラダ	ブロッコリー粥 鶏肉のソテー <small>人参とじゃがいものマッシュポテト</small> 野菜スープ	パン粥 白身魚の野菜あんかけ 野菜のスクランブルエッグ 野菜スープ	ひすいうどん にんじんのやわらか煮 じゃがいもペースト
さつまいも蒸しパン ミルク	きなこマカロニ ミルク	ころころおにぎり ミルク	手作りプリン ミルク	赤ちゃんうどん ミルク	クッキー ミルク
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
ほうれん草粥 さつまいものチーズボール 野菜としらすの和え物 赤ちゃんスープ	トマト粥 赤ちゃん焼きコロッケ キャベツと豆腐のとろ煮 赤ちゃん味噌汁	わかめ粥 鮭のソテー しらす入りやわらか卵焼き 赤ちゃんスープ	スティックパン 鶏肉のやわらか煮 きゅうり入りポテト 赤ちゃんスープ	にんじん粥 たらの野菜あん トマトとかぶのチーズあん 赤ちゃん味噌汁	味噌風味うどん 小松菜の和え物 ふろろき大根
手作りボーロ ミルク	フルーツコンポート ミルク	米粉クッキー ミルク	野菜粥 ミルク	お麩ラスク ミルク	おにぎり ミルク
23	24	25	26	27	28
月	火	水	木	金	土
5倍粥 豆腐ハンバーグ ツナ入り野菜炒め風 さつまいも入り味噌汁	しらすとキャベツ入りうどん 大根のおかか和え 豆腐のチーズ焼き	5倍粥 白身魚のトマトあんかけ 白菜の納豆和え 赤ちゃん味噌汁	ブロッコリーと白身魚のドリア にんじんのやわらか煮 野菜スープ	ほうとう風うどん キャベツとヨーグルトがけ さつまいもの茶巾	鶏だしうどん 青菜と卵の和え物 りんごとさつまいものチーズがけ
じゃがいものチーズ焼き ミルク	パンプディング ミルク	野菜入り卵焼き ミルク	スティックパン ミルク	赤ちゃんパンケーキ ミルク	赤ちゃんお好み焼き ミルク
30	31	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;">  </div>			
月	火				
そばろ粥 豆腐とひじきのつくね みかん入りサラダ 赤ちゃんスープ	納豆粥 白身魚のチーズ焼き <small>きゅうりとコーンのヨーグルトサラダ</small> 赤ちゃん味噌汁				
ヨーグルト いちごソース ミルク	チーズパン ミルク				

●ひとことメッセージ●

後期食からは手づかみ食べができるメニューを取り入れてみましょう。手づかみ食べは、スプーンやフォークを使う前段階でもあります。手でつかむことで、食材の固さや自分の口に入る大きさを知ることができます。積極的に取り入れていきましょう。

また、味覚が育つのもこの時期ごろからです。濃い味付けにならないよう、素材の味を活かした離乳食にしましょう。

※ 食材チェック表により、個別対応する場合があります。

からまつ保育園

※ 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4年5月献立表（完了期・パクパク期）

2 月	3 火	4 水	5 木	6 金	7 土
ツナコーン粥 ひじきの煮物 豆腐入り赤ちゃん味噌汁 ミルク寒天	憲法記念日	みどりの日	こどもの日	トマトスパゲティ やわらかごぼうサラダ 野菜スープ フルーツ寒天	きざみきつねうどん 肉と野菜の炒め物 グレープ寒天
手作りクッキー 麦茶				やわらかミルクプリン 麦茶	ソーセージソテー 麦茶
9 月	10 火	11 水	12 木	13 金	14 土
赤ちゃんハヤシライス 野菜サラダ 小松菜入りスープ ヨーグルト	親子粥 ほうれん草のおかか和え 赤ちゃんすまし汁 アップル寒天	ミニからまつラーメン しゅうまい トマトのチーズサラダ フルーツ寒天	ブロッコリー粥 鶏の唐揚げ フライドポテト キャベツ入り味噌汁 りんご	スティックパン ハムソテー 卵入りサラダ コーンスープ メロン	春キャベツとツナの Pasta にんじんサラダ ほうれん草入りスープ りんご
さつまいも蒸しパン 麦茶	きなこマカロニ 麦茶	ころころおにぎり 麦茶	手作りプリン 麦茶	赤ちゃんうどん 麦茶	クッキー 麦茶
16 月	17 火	18 水	19 木	20 金	21 土
ほうれん草粥 キャベツとお肉の炒め物 しらすとハムのサラダ 卵スープ みかん	トマト粥 赤ちゃんコロッケ 蒸しキャベツ 豆腐入り味噌汁 アップル寒天	わかめ粥 鮭の照り焼き 厚焼きたまご たまねぎ入り味噌汁 りんご	ハムサンド 鶏肉のピカタ マッシュポテト 赤ちゃんスープ ヨーグルト	にんじん粥 さわらの味噌焼き 具だくさんサラダ 赤ちゃん味噌汁 フルーツ寒天	野菜入りラーメン 小松菜のおひたし グレープ寒天
手作りボーロ 麦茶	フルーツコンポート 麦茶	米粉クッキー 麦茶	野菜粥 麦茶	お麩ラスク 麦茶	おにぎり 麦茶
23 月	24 火	25 水	26 木	27 金	28 土
軟飯 野菜炒め 中華風サラダ 卵のふわふわ汁 メロン	赤ちゃん味噌ラーメン やわらかごぼう煮 オレンジ寒天	軟飯 えびの天ぷら きゅうりの酢の物 赤ちゃん味噌汁 5月のパースデイケーキ	軟飯 魚入りシチュー 野菜サラダ オニオンスープ フルーツ寒天	赤ちゃん焼きそば コールスローサラダ さつまいものスープ ヨーグルト	鶏だしうどん 青菜と卵の和え物 りんご
じゃがいものチーズ焼き 麦茶	パンプディング 麦茶	赤ちゃんキッシュ 麦茶	スティックパン 麦茶	赤ちゃんパンケーキ 麦茶	赤ちゃんお好み焼き 麦茶
30 月	31 火	<div style="display: flex; align-items: center; justify-content: center;"> <div style="border: 2px solid orange; border-radius: 15px; padding: 5px; margin-right: 10px;">お誕生会</div>  </div>			
鶏粥 スティックサラダ もやしのスープ みかん	軟飯 白身魚のチーズ焼き 納豆 具だくさん味噌汁 フルーツヨーグルト				
ヨーグルト いちごソース 麦茶	チーズパン 麦茶				

●ひとことメッセージ●

完了食になると、食べ物を奥の歯茎でつぶせるようになり、噛むことの基礎が出来上がっていきます。食べられる食材も増えてきますので、お子さんの体調を見つつ、食材の幅を広げていきましょう。また、前歯や歯茎でかじり取る練習もしてみましょう。2～3センチほどのスティック状にしたパンややわらかく茹でた野菜などがおすすめです。無理なく、進めていきましょう。

※ 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。