

# 令和6年6月献立表（中期・モグモグ期）

					1 土
<p style="text-align: center;">●ひとことメッセージ●</p> <p>中期食では、舌と上あごで食べ物を押しつぶす機能を育てる時期です。 口を閉じてモグモグと食事らしく食べるようになってくる時期であり、舌でつぶせる絹ごし豆腐くらいの硬さが目安です。 お肉や魚などパサつきがしやすいものはとろみをつけてあげると食べやすくなります。ゴックンと飲み込んだことを確認しながら進めていきましょう。</p>					野菜うどん 鶏のだし煮 赤ちゃんスープ  ミルク
3 月	4 火	5 水	6 木	7 金	8 土
にんじん粥 カレーの煮付け 赤ちゃんスープ  ミルク	トマト粥 そばろの野菜あんかけ 赤ちゃんスープ  ミルク	にんじん粥 豆腐と小松菜の煮物 赤ちゃんスープ  ミルク	鶏だしうどん キャベツの和え物 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 しらすと豆腐と青菜あん 赤ちゃんスープ  ミルク	豆腐のふわふわあんかけうどん さつまいものヨーグルト和え 赤ちゃんスープ  ミルク
10 月	11 火	12 水	13 木	14 金	15 土
しらす粥 赤ちゃん肉じゃがが風煮込み 赤ちゃんスープ  ミルク	野菜煮込みそうめん マッシュポテト 赤ちゃんスープ  ミルク	さつまいも粥 鮭とブロッコリーのやわらか煮 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 ささみのほうれん草あんかけ 赤ちゃんスープ  ミルク	小松菜粥 くずし豆腐と野菜の煮物 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 鶏肉とキャベツのあんかけ 赤ちゃんスープ  ミルク
17 月	18 火	19 水	20 木	21 金	22 土
小松菜粥 鶏肉とお麩のうま煮 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 なすのそばろあん 赤ちゃんスープ  ミルク	鮭入り粥 しらすとじゃがいもの煮物 赤ちゃんスープ  ミルク	にんじん粥 ほぐしささみのあんかけ 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 たらと小松菜の煮物 赤ちゃんスープ  ミルク	トマトそうめん マッシュさつまいも 赤ちゃんスープ  ミルク
24 月	25 火	26 水	27 木	28 金	29 土
7倍粥 ささみの三色煮 赤ちゃんスープ  ミルク	彩り粥 豆腐とそばろのくずし煮 赤ちゃんスープ  ミルク	トマトうどん 大根とさつまいものサラダ 赤ちゃんスープ  ミルク	さつまいも粥 鮭と野菜のだし煮 赤ちゃんスープ  ミルク	7倍粥 野菜のそばろあんかけ 赤ちゃんスープ  ミルク	ひすいうどん にんじんの煮物 赤ちゃんスープ  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6年6月献立表（後期・カミカミ期）

						1
<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>後期食やわらかい食べ物を歯茎で噛んでつぶせるように、咀嚼の機能を発達させる時期です。バナナくらいの硬さにして、口をよく動かしているか、べーっと口から出してしまったり、食べ物をまる飲みをしていないか、確認することが大切です。硬いものを噛ませるよりも、柔らかく茹でた野菜等でお子さんが前歯でかじりとして食べたり、咀嚼を繰り返し練習することで噛む力がついていくでしょう。</p>						土
3	4	5	6	7	8	
月	火	水	木	金	土	
きゅうり	にんじん	食パン	赤ちゃんお菓子	にんじん	赤ちゃんお菓子	赤ちゃんお菓子
にんじん粥	トマト粥	5倍粥	焼きうどん	5倍粥	豆腐のふわふわあんかけうどん	
カレイの煮付け	チキンソテー	豆腐の小松菜あんかけ	キャベツの和え物	ツナと野菜のうま煮	さつまいものヨーグルト和え	
小松菜の煮びたし	コロコロマッシュポテト	じゃがいもとにんじんのそぼろ煮	赤ちゃん味噌汁	大根ときゅうりのサラダ	赤ちゃんスープ	
赤ちゃん味噌汁	ポタージュ	赤ちゃんすまし汁		赤ちゃん味噌汁		
赤ちゃんホットケーキ ミルク	味噌おにぎり ミルク	赤ちゃんせんべい ミルク	スティックきなこパン ミルク	赤ちゃんお好み焼き ミルク	赤ちゃんクッキー ミルク	
10	11	12	13	14	15	
月	火	水	木	金	土	
きゅうり	食パン	赤ちゃんお菓子	にんじん	きゅうり	赤ちゃんお菓子	
さつまいも粥	野菜煮込みそうめん	二色粥	5倍粥	小松菜粥	5倍粥	
チキンクリーム煮	ピーマンとじゃがいもの炒め物	鮭とブロッコリーのやわらか煮	肉と野菜の味噌炒め	擬製豆腐	やわらか肉団子の野菜あん	
しらすとにんじんのサラダ	赤ちゃんスープ	玉子焼き	ほうれん草と玉子の和え物	野菜きんぴら	キャベツとツナのサラダ	
赤ちゃんスープ		赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ	赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ	
ポテトグラタン ミルク	赤ちゃんドーナツ ミルク	お麩ラスク ミルク	さつまいものミルク煮 ミルク	スティックパン ミルク	赤ちゃんせんべい ミルク	
17	18	19	20	21	22	
月	火	水	木	金	土	
にんじん	きゅうり	食パン	赤ちゃんお菓子	きゅうり	赤ちゃんお菓子	
チーズ粥	納豆粥	鮭入り粥	にんじん粥	5倍粥	トマトマカロニ	
そぼろのトマト煮	のし鶏	しらすとじゃがいものおやき	ほぐしささみのチーズ焼き	たらのと野菜のクリーム煮	コロコロサラダ	
豆腐チャンプル	なすの炒め物	ヨーグルトサラダ	青菜とひじきの和え物	トマト入りフレンチサラダ	赤ちゃんスープ	
赤ちゃんスープ	赤ちゃん味噌汁	赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんすまし汁	赤ちゃんスープ		
手作りクッキー ミルク	きなこ蒸しパン ミルク	にゅう麺 ミルク	手作りボーロ ミルク	さつまいもの茶巾 ミルク	ヨーグルト ミルク	
24	25	26	27	28	29	
月	火	水	木	金	土	
食パン	にんじん	きゅうり	食パン	にんじん	赤ちゃんお菓子	
5倍粥	彩り粥	ミートマカロニ	さつまいも粥	5倍粥	ひすいうどん	
ささみとピーマンの炒め物	豆腐入りハンバーグ	大根とツナのサラダ	鮭のちゃんちゃん焼き風	野菜のそぼろあんかけ	野菜の炒め物	
ほうれん草のごま和え	にんじンドレッシングサラダ	赤ちゃんスープ	きゅうりの和え物	豆腐のサラダ	赤ちゃんスープ	
赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ		赤ちゃんすまし汁	赤ちゃん味噌汁		
麩レンチトースト ミルク	オムレツ ミルク	ころころおにぎり ミルク	スイカ ミルク	チーズ蒸しパン ミルク	赤ちゃんクッキー 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。

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6年6月献立表（完了期・パクパク期）

					<b>●ひとことメッセージ●</b> 完了食は、噛む力をつける時期です。 食材は角切りだけでなく、スティック状や乱切りなど変化をつけてみましょう。歯が生えてくる子も多く、柔らかいハンバーグくらいの硬さが噛める目安となります。唇を上下左右に動かしているか、柔らかく茹でた野菜などを前歯や歯茎でかじり取っているか確認してみましょう。詰め込み過ぎてのどに詰まらせてしまう場合があります。一口量を口に入れられているか、飲み込みができていないか十分に確認することが大切です。	<b>1</b> <b>土</b> 赤ちゃんお菓子 野菜うどん 鶏のだし煮 赤ちゃんスープ みかん ヨーグルト
<b>3</b>	<b>4</b>	<b>5</b>	<b>6</b>	<b>7</b>	<b>8</b>	
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>	
きゅうり	にんじん	食パン	赤ちゃんお菓子	にんじん	赤ちゃんお菓子	
にんじん粥 カレイの煮付け 小松菜と油揚げの煮びたし 赤ちゃん味噌汁 フルーツポンチ	トマト粥 チキンソテー ジャーマンポテト ポタージュ ヨーグルト	わかめ粥 豆腐の小松菜あんかけ じゃがいもとにんじんのぼろ煮 赤ちゃんすまし汁 メロン	焼きうどん キャベツの和え物 赤ちゃん味噌汁 みかん	軟飯 ツナと野菜の甘辛煮 大根ときゅうりのサラダ 赤ちゃん味噌汁 ミルク寒天	豆腐のふわふわあんかけうどん スティック野菜 赤ちゃんスープ ヨーグルト	
赤ちゃんホットケーキ	味噌おにぎり	赤ちゃんせんべい	スティックきなこパン	赤ちゃんお好み焼き	赤ちゃんクッキー	
<b>10</b>	<b>11</b>	<b>12</b>	<b>13</b>	<b>14</b>	<b>15</b>	
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>	
きゅうり	食パン	赤ちゃんお菓子	にんじん	きゅうり	赤ちゃんお菓子	
さつまいも粥 チキンのクリーム煮 しらすとにんじんのサラダ フルーツポンチ フルーツポンチ	野菜煮込みそうめん ピーマンとじゃがいもの炒め物 赤ちゃんスープ ミルク寒天	二色おにぎり 鮭のやわらか煮 ブロッコリー 玉子焼き 赤ちゃん味噌汁 ヨーグルト	軟飯 肉と野菜の中華炒め ほうれん草と玉子のおかか和え 赤ちゃんスープ スイカ	小松菜粥 擬製豆腐 きんぴらごぼう 赤ちゃん味噌汁 メロン	軟飯 肉団子の野菜あん キャベツとツナのサラダ 赤ちゃんスープ ミルク寒天	
ポテトグラタン	赤ちゃんドーナッツ	お麩ラスク	ミルクプリン	スティックパン	こふきいも	
<b>17</b>	<b>18</b>	<b>19</b>	<b>20</b>	<b>21</b>	<b>22</b>	
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>	
にんじん	きゅうり	食パン	赤ちゃんお菓子	きゅうり	赤ちゃんお菓子	
チーズ粥 ミートボールのトマト煮 豆腐チャンプル 赤ちゃんスープ ミルク寒天	納豆粥 のし鶏 なすの炒め物 赤ちゃん味噌汁 みかん	鮭おにぎり しらすとじゃがいものおやき ブロッコリーの炒め物 赤ちゃん味噌汁 ヨーグルト	にんじん粥 ささみのチーズ焼き 青菜とひじきの和え物 赤ちゃんすまし汁 メロン	軟飯 たらと野菜のクリーム煮 トマト入りフレンチサラダ 赤ちゃんスープ ミルク寒天	トマトマカロニ コロコロサラダ 赤ちゃんスープ ヨーグルト	
手作りクッキー	きなこ蒸しパン	にゅう麺	手作りボーロ	さつまいもの茶巾	赤ちゃんせんべい	
<b>24</b>	<b>25</b>	<b>26</b>	<b>27</b>	<b>28</b>	<b>29</b>	
<b>月</b>	<b>火</b>	<b>水</b>	<b>木</b>	<b>金</b>	<b>土</b>	
食パン	にんじん	きゅうり	食パン	にんじん	赤ちゃんお菓子	
軟飯 ささみとピーマンの炒め物 ほうれん草のごま和え 赤ちゃん味噌汁 みかん	彩り粥 赤ちゃんハンバーグ にんじんドレッシングサラダ 豆乳スープ 6月のパースディケーキ	ミートマカロニ 野菜のマリネ 赤ちゃんスープ フルーツポンチ	赤ちゃんちらし粥 鮭のちゃんちゃん焼き風 きゅうりの酢の物 赤ちゃんすまし汁 スイカ	わかめ粥 野菜のそぼろあんかけ 豆腐のサラダ 赤ちゃん味噌汁 ヨーグルト	ひすいうどん 野菜の炒め物 赤ちゃんスープ みかん	
麩レンチトースト	オムレツ	ころころおにぎり	みかん寒天	チーズ蒸しパン	赤ちゃんクッキー	

※ 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。