


令和6年1月献立表（中期・モグモグ期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
休園日	休園日	休園日	ほうれん草うどん さつまいもとじゃがいもの和え物 赤ちゃんスープ	おいも粥 野菜のやわらか煮 赤ちゃんスープ	野菜粥 さつまいもの茶巾 赤ちゃんスープ
			ミルク	ミルク	ミルク
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
成人の日	ミルク粥 ささみの煮物 赤ちゃんスープ	赤ちゃんうどん 肉と野菜の煮物 赤ちゃんスープ	パン粥 ささみとトマトの和え物 赤ちゃんスープ	鶏入り粥 ほうれん草のソテー 赤ちゃんスープ	赤ちゃん肉うどん じゃがいもの和え物 赤ちゃんスープ
	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
鮭入り粥 豆腐のソテー 赤ちゃんスープ	7倍粥 鶏だんご 赤ちゃんスープ	人参粥 魚のやわらか煮 赤ちゃんスープ	野菜粥 ささみと野菜の煮物 赤ちゃんスープ	ブロッコリー粥 ささみのトマト煮 赤ちゃんスープ	野菜うどん さつまいもの茶巾 赤ちゃんスープ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
しらす粥 野菜の煮物 赤ちゃんスープ	人参粥 ブロッコリーのとろみかけ 赤ちゃんスープ	具だくさん粥 鮭のほぐし煮 赤ちゃんスープ	わかめ粥 鶏のやわらか煮 赤ちゃんスープ	さつまいも粥 野菜の炒め物 赤ちゃんスープ	トマトマカロニ ポパイサラダ 赤ちゃんスープ
ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク	ミルク
29	30	31	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px; display: inline-block;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食は、口に入れた時の食感や舌触りの意識もしましょう。 葉物野菜は繊維が多かったり、舌触りが苦手なお子さんも多い食材のひとつです。 水溶き片栗粉でとろみをつけたり、ペースト状にしてお粥の中に入れてたりすると食べやすくなります。 ひとつ工夫をして、舌触りをよくしてみたいかがでしょうか。</p> </div>		
月	火	水			
玉子粥 やわらか肉ボール 赤ちゃんスープ	納豆粥 赤ちゃんやわらか煮 赤ちゃんスープ	パン粥 豆腐の煮物 赤ちゃんスープ			
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6年1月献立表（後期・カミカミ期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
休園日	休園日	休園日	ほうれん草うどん さつまいもとじゃがいもの和え物 みかん	おいも粥 野菜の煮物 スクランブルエッグ 赤ちゃん味噌汁	野菜粥 さつまいもの茶巾 赤ちゃんすまし汁
			赤ちゃんクッキー ミルク	コロコロおにぎり ミルク	スティックパン ミルク
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
成人の日	ミルク粥 ささみのしっとり焼き ブロッコリーのサラダ 赤ちゃんスープ	赤ちゃんうどん 肉野菜炒め 赤ちゃんスープ	チーズパン ささみの煮物 トマトのサラダ 赤ちゃんスープ	鶏入り粥 野菜の煮物 ほうれん草のソテー 赤ちゃん味噌汁	赤ちゃん肉うどん じゃがいもの和え物 ヨーグルト
	お麩ラスク ミルク	りんご ミルク	きなこマカロニ ミルク	赤ちゃんパンケーキ ミルク	赤ちゃんクッキー ミルク
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
鮭入り粥 豆腐のソテー 蒸しキャベツのサラダ 赤ちゃんスープ	5倍粥 鶏だんご 人参の甘煮 赤ちゃん味噌汁	人参粥 魚のやわらか煮 野菜と豆腐の和え物 赤ちゃんスープ	野菜粥 ささみと玉子の和え物 みかんのサラダ	ブロッコリー粥 鶏のチーズ焼き トマトサラダ 赤ちゃん味噌汁	野菜うどん 厚揚げの煮物 ヨーグルト
そうめん ミルク	ヨーグルト ミルク	赤ちゃんコロケ ミルク	赤ちゃん蒸しパン ミルク	赤ちゃんプリン ミルク	スティックパン ミルク
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
しらす粥 野菜の煮物 青菜の和え物 赤ちゃん味噌汁	人参粥 ブロッコリーのコーンシチュー 温野菜 赤ちゃんスープ	具だくさん粥 鮭のソテー 赤ちゃん茶碗蒸し 赤ちゃんスープ	わかめ粥 鶏のやわらか煮 ポテトのサラダ 赤ちゃんスープ	さつまいも粥 ブロッコリーの炒め物 きゅうりのサラダ 赤ちゃんスープ	トマトマカロニ ポパイサラダ 赤ちゃんコーンスープ
粉ふきいも ミルク	豆腐のグラタン ミルク	スイートポテト ミルク	麩レンチトースト ミルク	赤ちゃんおやき ミルク	ヨーグルト ミルク
29	30	31	<p>●ひとことメッセージ●</p> <p>離乳食は子どもの口の大きさを考えて、食べ物を小さく切ることが大切です。ですが、必要以上に小さく切ったり、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。</p> <p>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。</p> <p>また、次から次へとスプーンを口に運んでしまうのでなく、しっかりと咀嚼しているか確認し、あせらず食られるようにしましょう。</p> 		
月	火	水			
玉子粥 やわらか肉ボール トマトのサラダ 赤ちゃんスープ	納豆粥 赤ちゃん煮物 ほうれん草と人参の和え物 赤ちゃん味噌汁	スティックパン ブロッコリーの豆腐グラタン コーンサラダ 赤ちゃんスープ			
ジャムスティックパン ミルク	いちごヨーグルト ミルク	みかん 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1月献立表（完了期・パクパク期）

1	2	3	4	5	6
月	火	水	木	金	土
休園日	休園日	休園日	ほうれん草うどん さつまいもとじゃがいもの和え物 みかん	お雑煮風粥 野菜の煮物 玉子焼き 赤ちゃん味噌汁 いちご	野菜粥 かぼちやの煮物 お麩入りすまし汁 ヨーグルト
		麦茶	赤ちゃんクッキー 麦茶	ころころおにぎり 麦茶	スティックパン 麦茶
8	9	10	11	12	13
月	火	水	木	金	土
成人の日	根菜のミルク粥 ささみのしっとり焼き ブロッコリーサラダ 赤ちゃんスープ みかん	赤ちゃんうどん 野菜炒め りんご	チーズパン ささみのサラダ 赤ちゃんトマトスープ フルーツ寒天	あずき粥 赤ちゃん炒り鶏 ほうれん草のお浸し 赤ちゃん味噌汁 みかん	赤ちゃんうどん ポテトサラダ ヨーグルト
	お麩ラスク 麦茶	赤ちゃんせんべい 麦茶	きなこマカロニ 麦茶	赤ちゃんパンケーキ 麦茶	赤ちゃんクッキー 麦茶
15	16	17	18	19	20
月	火	水	木	金	土
バター粥 鮭の白和え キャベツサラダ 赤ちゃんスープ みかん	軟飯 鶏だんご ツナのマヨ和え 豆腐の味噌汁 いちご	人参粥 魚のムニエル 野菜のあんかけ豆腐 赤ちゃんけんちん汁 りんご	野菜まぜ粥 ささみの玉子あえ 豆乳スープ みかん寒天	ブロッコリー粥 豚肉のチーズ焼き トマトサラダ 赤ちゃん吹雪汁 いちご	かき玉うどん 厚揚げの煮物 ヨーグルト
そうめん 麦茶	ヨーグルト 麦茶	赤ちゃんコロケ 麦茶	赤ちゃん蒸しパン 麦茶	赤ちゃんプリン 麦茶	きなこパン 麦茶
22	23	24	25	26	27
月	火	水	木	金	土
しらす粥 野菜の煮物 青菜の和え物 赤ちゃん味噌汁 みかんヨーグルト	人参粥 ブロッコリーのコンシチュー 温野菜 赤ちゃんスープ いちご	具だくさん粥 鮭のマヨネーズ焼き 赤ちゃん茶碗蒸し 赤ちゃんすまし汁 1月のパースディケーキ	わかめ粥 鶏の照り焼き えびのサラダ わかめスープ りんご	さつまいも粥 ブロッコリーの炒め物 きゅうりとハムのサラダ 赤ちゃんスープ フルーツ寒天	トマトマカロニ ポパイサラダ 赤ちゃんコンンスープ みかん
粉ふきいも 麦茶	豆腐のグラタン 麦茶	スイートポテト 麦茶	麩レンチトースト 麦茶	赤ちゃんおやき 麦茶	ヨーグルト 麦茶
29	30	31	<div style="border: 2px solid blue; border-radius: 20px; padding: 10px;"> <p>●ひとことメッセージ●</p> <p>まだ奥歯が生えそろっていない赤ちゃんが多い時季です。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ことが難しい場合があるでしょう。</p> <p>このような時は、肉や野菜の繊維を断つように切ったり、片栗粉をまぶして調理するとふんわりとやわになり、食べやすくなります。調理方法の工夫をしてみましょう。</p>  </div>		
月	火	水			
玉子粥 やわらか肉ボール ツナとトマトのサラダ 赤ちゃんポトフ いちご	納豆粥 赤ちゃんかき揚げ ほうれん草と人参のごま和え 大根の味噌汁 りんご	スティックパン ブロッコリーのグラタン ツナサラダ コーンクリームスープ みかん			
ジャムスティックパン 麦茶	いちごヨーグルト 麦茶	赤ちゃんお好み焼き 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