

令和6年9月献立表（中期・モグモグ期）



●ひとことメッセージ●

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。舌にのせた食べ物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。まずは食べることに慣れることが大切です。一度に口の中に入れすぎないように、ゴックンを確認して、お子さんのペースに合わせて、声掛けをしつつ進めていきましょう。

2	3	4	5	6	7
月	火	水	木	金	土
7倍粥 鶏肉と小松菜の煮物 赤ちゃんスープ	ほうれん草粥 ほぐし魚の野菜ソースかけ 赤ちゃんスープ	野菜にゆう麺 かぼちゃと豆腐のそぼろあん 赤ちゃんスープ	にんじん粥 鮭と青菜のほぐし煮 赤ちゃんスープ	7倍粥 鶏の三色煮 赤ちゃんスープ	具だくさんうどん キャベツのとろとろ煮 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
9	10	11	12	13	14
月	火	水	木	金	土
かぼちゃ粥 カレーの秋野菜あんかけ 赤ちゃんスープ	トマト粥 ほぐし鶏 野菜ソース 赤ちゃんスープ	7倍粥 キャベツと肉のだし煮 赤ちゃんスープ	野菜うどん しらす入りマッシュポテト 赤ちゃんスープ	トマト粥 そぼろのほうれん草あんかけ 赤ちゃんスープ	味噌煮込みうどん 野菜とお麩の煮物 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
16	17	18	19	20	21
月	火	水	木	金	土
敬老の日	さつまいも粥 鶏肉と青菜の白和え 赤ちゃんスープ	トマトにゆう麺 秋野菜の煮物 赤ちゃんスープ	キャベツ粥 豆腐の野菜あんかけ 赤ちゃんスープ	秋色粥 カレーの青菜あん 赤ちゃんスープ	鶏だしうどん じゃがいもとにんじんのそぼろ煮 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
23	24	25	26	27	28
火	水	木	金	土	日
振替休日	鶏とトマトのだしうどん ほうれん草とポテトのサラダ 赤ちゃんスープ	7倍粥 そぼろのトマト煮込み 赤ちゃんスープ	彩り粥 鮭の豆腐グラタン風 赤ちゃんスープ	三色粥 なすと鶏肉のうま煮 赤ちゃんスープ	あんかけうどん 豆腐と野菜の炒め物 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
30					
月					
ブロッコリー粥 カレーのみぞれ煮 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。

令和6年9月献立表（後期・カミカミ期）

からまつ保育園 A.R.E
Action! Respect! Enjoy!



●ひとことメッセージ●

後期食はまる飲みをしないように、口をよく動かして食べているか確認しましょう。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くしていくと、歯茎で噛む練習にもなります。モグモグと大人が食べている様子を見せることも食べる意欲に繋がります。ゴックンしているか、食べ方を見ながら少しずつ進めていきましょう。

2月	3火	4水	5木	6金	7土
5倍粥 赤ちゃん肉じゃが 小松菜としらすのお浸し 赤ちゃん味噌汁	さつまいも粥 魚の野菜ソースかけ ほうれん草とコーンのソテー 赤ちゃんスープ	野菜にゆう麺 かぼちゃと豆腐のそぼろあん 赤ちゃんスープ	わかめ粥 鮭の照り焼き 野菜の玉子和え 赤ちゃんすまし汁	カラフル粥 鶏の中華煮 ヨーグルトサラダ 赤ちゃんスープ	クリームマカロニ キャベツとツナのサラダ 赤ちゃんスープ
チーズ蒸しパン ミルク	ヨーグルト ミルク	ころころおにぎり ミルク	手作りドーナッツ ミルク	ポテトグラタン ミルク	赤ちゃんビスケット ミルク
9月	10火	11水	12木	13金	14土
かぼちゃ粥 カレイの煮物 秋野菜のサラダ 赤ちゃん味噌汁	トマト粥 蒸し鶏 野菜ソース 野菜スティック 赤ちゃんスープ	5倍粥 キャベツと肉の甘味噌炒め わかめサラダ 赤ちゃんかき玉汁	しらすと野菜のうどん ささみのパン粉焼き 赤ちゃんスープ	チーズ粥 そぼろのほうれん草あんかけ にんじんしりしり 赤ちゃんスープ	味噌煮込みうどん 野菜のきんぴら 赤ちゃんスープ
きなこおやき ミルク	手作りプリン ミルク	麩レンチトースト ミルク	野菜ドリア ミルク	手作りボーロ ミルク	スティックパン ミルク
16月	17火	18水	19木	20金	21土
敬老の日	さつまいも粥 お月見つくね ほうれん草の二色和え 赤ちゃん味噌汁	トマトマカロニ 秋の味覚たっぷりサラダ 赤ちゃんスープ	5倍粥 チキンクリーム煮 キャベツと玉子のサラダ 赤ちゃんスープ	秋色粥 カレイの塩焼き 小松菜のごま和え 赤ちゃんすまし汁	鶏だしうどん じゃがいもとにんじんのそぼろ煮 赤ちゃんスープ
	手作りうさぎクッキー ミルク	しらすせんべい ミルク	こふきいも ミルク	二色おにぎり ミルク	ヨーグルト ミルク
23月	24火	25水	26木	27金	28土
振替休日	ミートマカロニ ほうれん草とポテトのサラダ 赤ちゃんスープ	5倍粥 ふんわり肉団子のトマト煮込み 蒸しキャベツ 赤ちゃん味噌汁	彩り粥 鮭の豆腐グラタン にんじんとブロッコリーのグラッセ 赤ちゃんスープ	三色粥 なすと鶏肉の味噌炒め 野菜スティック 赤ちゃん味噌汁	かき玉うどん 豆腐と野菜の炒め物 赤ちゃんスープ
	お麩ラスク ミルク	彩り野菜のスフレ ミルク	にゆう麺 ミルク	チーズパン ミルク	野菜入りマッシュポテト ミルク
30月					
5倍粥 フィッシュシチュー にんじんドレッシングサラダ 赤ちゃんスープ					
焼うどん 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9月献立表（完了期・パクパク期）



●ひとことメッセージ●

完了期は嚙む力(咀嚼)の基礎をつくるための時期です。
 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、奥の歯茎で嚙む練習になります。
 あまり大きすぎると、吐き出してしまったり、そのまま
 飲み込んでしまい誤嚥の危険性を伴いますので注意を
 しましょう。かたさは柔らかく煮たにんじんくらいが
 よいです。口を上手に動かして食べているか確認を

2月	3火	4水	5木	6金	7土
にんじん	赤ちゃんビスケット	食パン	きゅうり	にんじん	赤ちゃんせんべい
軟飯	さつまいも粥	野菜にゅう麺	わかめ粥	カラフル粥	クリームマカロニ
肉じゃが	魚のムニエル	かぼちゃと厚揚げのそぼろあん	鮭の照り焼き	鶏の中華煮	キャベツとツナのサラダ
小松菜としらすのお浸し	ほうれん草とコーンのソテー	赤ちゃんスープ	野菜の玉子和え	大根のバンバンジー風	赤ちゃんスープ
赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ	ミルク寒天	赤ちゃんすまし汁	赤ちゃんスープ	豆乳寒天
豆乳寒天	りんご寒天		みかん寒天	ヨーグルト	
チーズ蒸しパン	ヨーグルト	ころころおにぎり	手作りドーナッツ	ポテトグラタン	赤ちゃんビスケット
9月	10火	11水	12木	13金	14土
食パン	きゅうり	赤ちゃんせんべい	にんじん	きゅうり	赤ちゃんクッキー
かぼちゃ粥	トマト粥	軟飯	しらすと野菜のうどん	チーズ粥	味噌煮込みうどん
カレーの煮物	鶏肉のソテー 野菜ソース	キャベツと肉の甘味噌炒め	ささみのパン粉焼き	そぼろのほうれん草あんかけ	野菜のきんぴら
秋野菜のサラダ	野菜スティック	ジュレサラダ	赤ちゃんスープ	にんじんしりしり	赤ちゃんスープ
赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ	赤ちゃんかき玉汁	ミルク寒天	赤ちゃんスープ	みかん寒天
ヨーグルト	みかん寒天	豆乳寒天		りんご寒天	
きなこおやき	手作りプリン	麩レンチトースト	野菜ドリア	手作りポーロ	スティックパン
16月	17火	18水	19木	20金	21土
	食パン	きゅうり	赤ちゃんせんべい	にんじん	赤ちゃんビスケット
敬老の日	さつまいも粥	トマトマカロニ	軟飯	秋色粥	鶏だしうどん
	お月見つくね	秋の味覚たっぷりサラダ	チキンクリーム煮	カレーの塩焼き	じゃがいもとにんじんのそぼろ煮
	ほうれん草の二色和え	赤ちゃんスープ	キャベツと玉子のサラダ	小松菜ときのこの和え物	赤ちゃんスープ
	赤ちゃん味噌汁	きなこミルク寒天	赤ちゃんスープ	赤ちゃんすまし汁	ミルク寒天
	りんご寒天		みかん寒天	豆乳寒天	
	手作りうさぎクッキー	しらすせんべい	こふきいも	二色おにぎり	ヨーグルト
23月	24火	25水	26木	27金	28土
	きゅうり	食パン	赤ちゃんビスケット	きゅうり	赤ちゃんせんべい
振替休日	ミートマカロニ	軟飯	彩り粥	三色粥	かき玉うどん
	ほうれん草とポテトのサラダ	ふんわり肉団子のトマト煮込み	鮭の豆腐グラタン	なすと豚肉の味噌炒め	厚揚げと野菜の炒め物
	赤ちゃんスープ	蒸しキャベツ	にんじんとブロッコリーのグラッセ	野菜スティック	赤ちゃんスープ
	ミルク寒天	赤ちゃん味噌汁	赤ちゃんスープ	赤ちゃん味噌汁	豆乳寒天
	みかん寒天		9月のパースディケーキ	ヨーグルト	
	お麩ラスク	彩り野菜のスフレ	にゅう麺	チーズパン	野菜入りマッシュポテト
30月					
にんじん					
軟飯					
フィッシュシチュー					
にんじんドレッシングサラダ					
赤ちゃんスープ					
ヨーグルト					
焼うどん					

※ 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。