

函館石川保育園 離乳食献立表 もも組

令和5年度 11月					
		初期から中期食 1cm角切り状	舌や歯ぐきで押しつぶす事が可能になる 口を見るときもぐもぐ動く。にんじん		
第1週から 第2週まで		後期食 歯茎でつぶせる 固さ	やわらかいものを歯ぐきで噛み つぶせるようになる。 口が上下左右によく動く。 野菜は手づかみしやすいスティック状。		
		完了食 幼児食より やわらかく	歯や歯ぐきで噛みつぶす。 薄味で、食材は軟らかめに。		
		1日 (水)	2日 (木)	3日 (金)	4日 (土)
		にんじん・じゃがいも きゃべつココロコ	さつまいも・にんじん 胡瓜ココロコ		野菜入りうどん
		5倍粥 だし汁	5倍粥 スープ		
		人参・じゃがいも キャベツ軟煮	さつまいも・人参 胡瓜 スティック	文化の日	野菜入りうどん
		軟飯 みそ汁	スライスパン スープ		
		肉じゃが ほうれん草お浸し軟煮	ハワイアンポークソテー ツナサラダ軟煮		野菜入りうどん
		ごはん みそ汁	スライスパン スープ		
6日 (月)	7日 (火)	8日 (水)	9日 (木)	10日 (金)	11日 (土)
豆腐・白菜・もやし ココロコ	じゃがいも・人参 ココロコ	豆腐・キャベツ・胡瓜 ココロコ	玉ねぎ・人参 ココロコ	豆腐・人参・胡瓜 ココロコ	野菜入りうどん
5倍粥 だし汁	5倍粥 だし汁	5倍粥 だし汁	5倍粥 だし汁	5倍粥 だし汁	
豆腐・白菜・もやし 軟煮 シューマイ	鮭・じゃがいも・人参 軟食	人参・玉ねぎ・軟食 胡瓜スティック	玉ねぎ・人参・ 切干大根煮	豆腐・玉ねぎ・ 胡瓜スティック	野菜入りうどん 
軟飯 みそ汁	軟飯 スープ	軟飯 スープ	軟飯 スープ	軟飯 みそ汁	
ずき焼き風煮 シューマイ	鮭ごま焼き ポテト煮	さつまいも揚げ 大豆サラダ	キノコカレー 切干大根 煮	豆腐の ふんわり揚げ サラダ	焼きそば
ごはん みそ汁	ごはん スープ	ごはん 豚汁	ごはん みそ汁	ごはん みそ汁	わかめスープ