

日	曜日	昼	血や肉、骨をつくる (あか)	体の調子をととのえる (きいろ)	力や熱となる (みどり)	おやつ	
1	月	祝日 お正月休み					
2	火	祝日 お正月休み					
3	水	祝日 お正月休み					
4	木	鶏野菜にゅうめん、南瓜の甘煮、カリフラワーの和風サラダ、みかん	鶏ひき肉、なると、乾わかめ、かに風味かまぼこ(卵不使用)	そうめん、三温糖	人参、ほうれん草、かぼちゃ、さやいんげん、カリフラワー、きゅうり、粒コーン缶、白桃缶、みかん	麦茶、フルーチェ (いちご) 鉄ウエハース	
5	金	ご飯(強化あわごはん)、魚のもみじ焼き、きんぴらごぼう、茄子と油揚げの味噌汁、白桃缶	赤魚、油揚げ	精白米、あわ、サブリ米、卵不使用マヨネーズ、すりごま、三温糖	人参、ごぼう水煮、さやいんげん、なす、椎茸乾、小ネギ、白桃缶	牛乳、さつま芋蒸しパン	
6	土	鶏そぼろレタスチャーハン、ハワイヤサラダ、ほうれん草のかき卵汁、バナナ	鶏ひき肉、ツナ缶、鶏卵	精白米、サブリ米	レタス、人参、粒コーン缶、小ネギ、青パパイヤ、きゅうり、ほうれん草、バナナ	牛乳、ポップコーン	
8	月	祝日 お休み (成人の日)					
9	火	七草粥風ポロポロジュシー、魚の照り焼き、ごま南瓜煮、とろろ昆布と麩のすまし汁、りんご	鶏もも肉、白身魚	精白米、三温糖、すりごま、おつゆ麩	かぶ、葉だいこん、せり、かぼちゃ、さやいんげん、削り昆布、えのきたけ、小ネギ、りんご	牛乳、バナナケーキ	
10	水	あわご飯、豚の生姜焼き、こんにゃくの白和え、小松菜の中華スープ、みかん	豚肉ロース肉、沖縄豆腐、ツナ缶	精白米、あわ、切りこんにゃく、ごまいり	玉ねぎ、人参、ほうれん草、小松菜、えのきたけ、みかん	牛乳、ポーボー	
11	木	チキンきのこカレー、海藻サラダ、トマトとえのきのスープ、パインアップル	鶏もも肉、牛乳、乾わかめ、ツナ缶、豚バラ肉	精白米、サブリ米、じゃがいも、カレーパウダー	玉ねぎ、人参、まいだけ、しめじ、きゅうり、パプリカ黄・赤、トマト、えのきたけ、貝割れ大根、パインアップル(缶詰)	牛乳、りんごとオートミールのヨーグルト和え	
12	金	発芽玄米ご飯、豆腐ナゲット、ごぼうのマスタードサラダ、チンゲン菜としめじの味噌汁、バナナ	木綿豆腐、鶏ひき肉、卵不使用ちくわ	精白米、発芽玄米、パン粉、三温糖、すりごま、卵不使用マヨネーズ	玉ねぎ、人参、ごぼう水煮、きゅうり、チンゲン菜、しめじ、バナナ	牛乳、くずもち	
13	土	焼きうどん、れんこんの梅和え、もずくと豆腐のすまし汁、みかん	豚バラ肉、削り節、おきなわもずく、絹ごし豆腐	うどん	キャベツ、玉ねぎ、人参、もやし、ピーマン、れんこん水煮、きゅうり、梅びしお、小ネギ、みかん	牛乳、ピザトースト	
15	月	もちきびご飯、麻婆豆腐、パンパンジーサラダ、冬瓜とアーサの中華スープ、りんご	沖縄豆腐、豚ひき肉、鶏ささみ、あおさ	精白米、もちきび、三温糖	生しいたけ、人参、玉ねぎ、ニラ、たけのこ水煮、きゅうり、もやし、パプリカ赤、冬瓜、長ねぎ、りんご	牛乳、マカロニきな粉	
16	火	パン、ボークビーンズ、サラサバのサラダ、レタスとセロリのスープ、フルーツカクテル	豚バラ肉、大豆水煮、ミックスビーンズ缶、ロースハム(卵不使用)	食パン(卵不使用)、じゃがいも、三温糖、スパゲッティ、卵不使用マヨネーズ	玉ねぎ、パプリカ黄、さやいんげん、人参、きゅうり、レタス、セロリ、マッシュルーム缶、粒コーン缶、フルーツカクテル缶	麦茶、油味噌おにぎり	
17	水	あわご飯、オクラ納豆、さばのかば焼き風、茄子のそぼろ煮、ごぼうと椎茸の味噌汁、みかん	ヒキワリ納豆、さば、鶏ひき肉	精白米、あわ、三温糖	オクラ、なす、長ねぎ、ごぼう水煮、生しいたけ、小ネギ、みかん	牛乳、さつま芋スティック	
18	木	 お弁当会					牛乳、カーサマーチー (紅芋)
19	金	麦ご飯、レバーの竜田揚げ、白菜の昆布和え、なめこ豆腐の味噌汁、グレープフルーツ	豚レバー、塩昆布、かに風味かまぼこ(卵不使用)、絹ごし豆腐	精白米、押麦、三温糖	ピーマン、白菜、きゅうり、なめこ、小ネギ、グレープフルーツ	牛乳、ショートブレッド (ココア)	
20	土	沖縄そば(ソーキ)、さつまいも天ぷら、大根とわかめのおかか和え、バナナ	豚ソーキ肉、鶏卵、丸かまぼこ(卵不使用)、乾わかめ、卵不使用ちくわ、削り節	沖縄そば、三温糖、さつまいも、小麦粉	山東菜、小ネギ、大根、きゅうり、バナナ	麦茶、青菜としらすのおにぎり	
22	月	あわご飯、鮭ときのこの黄金焼き、ひじきともやしのサラダ、さつま芋と山東菜の味噌汁、みかん	鮭、鶏卵、乾ひじき、ツナ缶	精白米、あわ、三温糖、さつまいも	えのきたけ、まいだけ、しめじ、りょくとうもやし、きゅうり、山東菜、みかん	牛乳、黒糖アガラサー	
23	火	黒米ご飯、魚汁、クープイリチー、ほうれん草納豆和え、りんご	白身魚、木綿豆腐、刻み昆布、油揚げ、豚肩赤肉、ヒキワリ納豆	精白米、黒米	冬瓜、人参、小ネギ、かんぴょう、ほうれん草、りんご	牛乳、ポテトフライ (カレー風味)	
24	水	雑穀ご飯、チキンソテーボン酢がけ、ほうれん草と切干大根の胡麻和え、麩とわかめのすまし汁、パインアップル	鶏もも肉、卵不使用ちくわ、乾わかめ	精白米、雑穀五穀、すりごま、おつゆ麩	玉ねぎ、トマト、ほうれん草、切干大根、もやし、人参、小ネギ、パインアップル(缶詰)	牛乳、ごまひじきクッキー	
25	木	もちきびご飯、エビフライ、チーズサラダ、お豆のクリームスープ、みかん	バナメイエビ、鶏卵、サラダ用チーズ、大豆水煮、牛乳	精白米、もちきび、小麦粉、パン粉、卵不使用マヨネーズ、じゃがいも、シチュールウ	ブロッコリー、きゅうり、パプリカ赤、粒コーン缶、玉ねぎ、人参、みかん	気になる野菜キャロット、プリンアラモード	
26	金	発芽玄米ご飯、白菜の中華和え、鶏肉とれんこんの甘辛炒め、冬瓜としめじの味噌汁、りんご	鶏もも肉、卵不使用ちくわ	精白米、発芽玄米、三温糖	椎茸乾、人参、れんこん水煮、玉ねぎ、さやいんげん、白菜、きゅうり、冬瓜、パプリカ黄、しめじ、小ネギ、りんご	牛乳、もずく入りヒラヤーチー	
27	土	もずく丼、小松菜とツナの白和え、レタスの中華スープ、バナナ	おきなわもずく、豚ひき肉、沖縄豆腐、ツナ缶	精白米、サブリ米、ごまいり	ピーマン、パプリカ赤、粒コーン缶、人参、小松菜、レタス、しめじ、小ネギ、バナナ	牛乳、きなこミルクラスク	
29	月	麦ご飯、鶏肉のごまだれ焼き、キャベツとアスパラのマヨサラダ、大根のコンソメスープ、みかん	鶏もも肉、ロースハム(卵不使用)	精白米、押麦、すりごま、三温糖、卵不使用マヨネーズ	長ねぎ、トマト、キャベツ、アスパラガス、パプリカ赤、きゅうり、大根、人参、みかん	牛乳、タンナファクルー	
30	火	ご飯(強化あわごはん)、さばのみぞれ煮、人参しりしり、ゆし豆腐(味噌)、りんご	さば、ツナ缶、ゆし豆腐	精白米、あわ、サブリ米、三温糖	大根、長ねぎ、人参、玉ねぎ、ニラ、小ネギ、りんご	牛乳、ウインナーパイ	
31	水	和風きのこスパゲティ、三色ソテー、もずくオクラスープ、フルーツヨーグルト	豚バラ肉、刻みりのり、卵不使用ちくわ、おきなわもずく、プレーンヨーグルト	スパゲッティ、はちみつ	玉ねぎ、まいだけ、しめじ、しそ、えのきたけ、パプリカ赤、さやいんげん、人参、粒コーン缶、オクラ、フルーツカクテル缶	麦茶、鶏ごぼうおにぎり	

※食材、行事、その他都合で 献立を変更することがあります。

※1日～3日(お正月休み)、7日、8日、14日、21日、28日はお休みです。

※アレルギー対応食は医師の診断書に基づき実施しています。

令和6年 1月

離乳食献立表①



保育園 あがみてい

(作者)管理栄養士 比嘉

回数	1回食(午前)			軽食(午後)	
月齢	初期(5・6ヶ月頃)	中期(7・8ヶ月頃)	後期(9・10・11ヶ月頃)	中期(7.8ヶ月頃)	後期(9・10・11ヶ月頃)
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ(つぶし)	歯茎でつぶせる固さ(きざみ)	舌でつぶせる固さ(つぶし)	歯茎でつぶせる固さ(きざみ)
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
4	つぶし粥(10倍粥) 南瓜ペースト	煮込みにゆうめん 南瓜煮 みかん	煮込みにゆうめん 南瓜煮 カリフラワーのツナ煮 みかん	おじや 麩とわかめすまし汁	おじや 麩とわかめすまし汁
木	食材:かぼちゃ、そうめん、鶏ひき肉、人参、ほうれん草、カリフラワー(後期)、きゅうり(後期)、ツナ缶(後期)、うんしゅうみかん			精白米、ツナ缶、人参、小松菜、おつゆ麩、乾わかめ、ねぎ	
5	つぶし粥(10倍粥) 白身魚と人参ペースト	七分粥 白身魚のだし煮 茄子のすまし汁	全粥 白身魚の煮付け 茄子の味噌汁 りんご煮	パン粥(さつま芋マッシュ) チキン野菜ミルクスープ	パン(さつま芋マッシュ) チキン野菜ミルクスープ
金	食材:精白米、白身魚、人参、さやいんげん、なす、ねぎ、りんご(後期)			食パン、さつまいも、粉ミルク、ブロッコリー、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参	
6	つぶし粥(10倍粥) きゅうりとしらすペースト	鶏そぼろ粥 きゅうりのツナ煮 ほうれん草のすまし汁	鶏そぼろ粥 きゅうりのツナ煮 ほうれん草のすまし汁 バナナ	おじや 豆腐の野菜あんかけ	おじや 豆腐の野菜あんかけ
土	食材:精白米、鶏ひき肉、レタス、人参、きゅうり、ツナ缶、ほうれん草、バナナ(後期)			精白米、しらす、人参、ねぎ、沖縄豆腐、玉ねぎ、さやいんげん	
9	つぶし粥(10倍粥) 白身魚と人参ペースト	七草粥風ポロポロジュシー 白身魚のだし煮 とろろ昆布と麩のすまし汁	七草粥風ポロポロジュシー 白身魚のだし煮 とろろ昆布と麩のすまし汁 りんご煮	オートミール粥(バナナ) 南瓜チキンスープ	オートミール粥(バナナ) 南瓜チキンスープ
火	食材:精白米、かぶ、島ニンジン、鶏ひき肉、白身魚、削り昆布、おつゆ麩、ねぎ、りんご(後期)			オートミール、粉ミルク、バナナ、かぼちゃ、鶏ひき肉、玉ねぎ、パセリ(乾)	
10	つぶし粥(10倍粥) 小松菜と玉ねぎペースト	七分粥 チキンの柔らか煮 小松菜と玉ねぎのスープ	全粥 チキンの柔らか煮 小松菜と玉ねぎのスープ みかん	おじや ブロッコリーのおかか煮	おじや ブロッコリーのおかか煮
水	食材:精白米、鶏も皮なし、人参、小松菜、玉ねぎ、うんしゅうみかん(後期)			精白米、ツナ缶、人参、ほうれん草、ブロッコリー、削り節	
11	つぶし粥(10倍粥) じゃが芋と人参ペースト	七分粥 チキンと野菜ミルク煮 トマトのスープ	全粥 鶏肉のカレー風味煮 トマトのスープ りんご煮	パン粥(りんごヨーグルト添え) わかめときゅうりのツナ煮	パン(りんごヨーグルト添え) わかめときゅうりのツナ煮
木	食材:精白米、鶏も皮なし、じゃがいも、人参、玉ねぎ、粉ミルク、トマト、パセリ(乾)、りんご(後期)			食パン、ヨーグルト、りんご、粉ミルク(中期)、乾わかめ、きゅうり、ツナ缶	
12	つぶし粥(10倍粥) 豆腐とチンゲン菜ペースト	七分粥 豆腐のそぼろあんかけ チンゲン菜のすまし汁	全粥 豆腐のそぼろあんかけ チンゲン菜の味噌汁 バナナ	おじや カリフラワーのツナ煮	おじや カリフラワーのツナ煮
金	食材:精白米、絹ごし豆腐、鶏ひき肉、玉ねぎ、人参、ねぎ、チンゲン菜、バナナ(後期)			精白米、しらす、小松菜、カリフラワー、ツナ缶、人参	
13	つぶし粥(10倍粥) きゅうりとしらすペースト	煮込みうどん きゅうりのおかか煮 わかめと豆腐のすまし汁	煮込みうどん きゅうりのおかか煮 もずくと豆腐のすまし汁 みかん	パン粥(きな粉) チキン野菜ミルクスープ	パン(きな粉) チキン野菜ミルクスープ
土	食材:うどん、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、山東菜、きゅうり、削り節、おきなわず(後期)、乾わかめ(中期)、絹ごし豆腐、ねぎ、うんしゅうみかん			食パン、きな粉、粉ミルク、ほうれん草、鶏ひき肉、玉ねぎ	
15	つぶし粥(10倍粥) 冬瓜ペースト	七分粥 豆腐のそぼろ煮 冬瓜とアーサのスープ	全粥 豆腐のそぼろ味噌煮 冬瓜とアーサのスープ りんご煮	おじや 鶏肉と野菜の柔らか煮	おじや 鶏肉と野菜の柔らか煮
月	食材:精白米、沖縄豆腐、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、ニラ、冬瓜、あおさ、長ねぎ、りんご(後期)			精白米、ツナ缶、ブロッコリー、人参、鶏ささみ、パプリカ赤、玉ねぎ	
16	つぶし粥(10倍粥) じゃが芋ペースト	パン粥 鶏肉と大豆のトマト煮 レタスのスープ	パン 鶏肉と大豆のトマト煮 レタスのスープ バナナ	おじや きゅうりのツナ煮	おじや きゅうりのツナ煮
火	食材:食パン、粉ミルク(中期)、鶏ひき肉、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、パプリカ黄、さやいんげん、トマトピューレー、レタス、人参、バナナ(後期)			精白米、しらす、ほうれん草、きゅうり、人参、ツナ缶	
17	つぶし粥(10倍粥) 白身魚と人参ペースト	納豆粥 白身魚のだし煮 茄子のすまし汁	納豆粥 さばの煮付け 茄子の味噌汁 みかん	オートミール粥(野菜入り) さつま芋マッシュ	オートミール粥(野菜入り) さつま芋マッシュ
水	食材:精白米、ヒキワリ納豆、さば(後期)、白身魚(中期)、人参、長ネギ、なす、ねぎ、うんしゅうみかん			オートミール、人参、ブロッコリー、さつまいも	
18	つぶし粥(10倍粥) ほうれん草と玉ねぎペースト	七分粥 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草と麩のすまし汁	全粥 豆腐の野菜あんかけ ほうれん草と麩のすまし汁 バナナ	パン粥(きな粉) ポテトチキンスープ	パン(きな粉) ポテトチキンスープ
木	食材:精白米、絹ごし豆腐、玉ねぎ、パプリカ赤、うずまき麩、ほうれん草、バナナ(後期)			食パン、きな粉、粉ミルク(中期)、鶏ひき肉、じゃがいも、玉ねぎ、人参	

※厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」に沿って離乳食を進めます。

※離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合を見ながら、幼児食移行していきます。

★ 保護者の方へ ★

色々な食材に慣れておくと、保育園での給食時間も楽しく、おいしく食べられます。  
献立表を参考に、まだ食べていない食材は自宅でチャレンジしてみましょ!!



令和6年 1月

離乳食献立表②



保育園 あがみてい

(作成者) 管理栄養士 比嘉

回数	1回食(午前)			軽食(午後)	
	初期(5・6ヶ月頃)	中期(7・8ヶ月頃)	後期(9・10・11ヶ月頃)	中期(7.8ヶ月頃)	後期(9・10・11ヶ月頃)
形態	なめらかにすりつぶした状態	舌でつぶせる固さ(つぶし)	歯茎でつぶせる固さ(きざみ)	舌でつぶせる固さ(つぶし)	歯茎でつぶせる固さ(きざみ)
固さ	プレーンヨーグルト状(ごっくん)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)	絹ごし豆腐位(もぐもぐ)	バナナ位(かみかみ)
19	つぶし粥(10倍粥) 白菜と豆腐ペースト	七分粥 鶏レバーと野菜のだし煮 白菜と豆腐のすまし汁	全粥 鶏レバーと野菜煮 白菜と豆腐の味噌汁 オレンジ	おじや ブロッコリーのツナ煮	おじや ブロッコリーのツナ煮
金	食材: 精白米、鶏レバー、人参、ピーマン、白菜、絹ごし豆腐、オレンジ(後期)			精白米、鶏ひき肉、人参、さやいんげん、ブロッコリー、パプリカ赤、ツナ缶	
20	つぶし粥(10倍粥) きゅうりと人参ペースト	煮込みうどん きゅうりとわかめのしらす煮 バナナ	煮込みうどん きゅうりとわかめのしらす煮 バナナ	おじや 大根のそぼろ煮	おじや 大根のそぼろ煮
土	食材: うどん、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ、山東菜、きゅうり、乾わかめ、しらす、バナナ			精白米、ツナ缶、小松菜、大根、鶏ひき肉、ねぎ	
22	つぶし粥(10倍粥) さつま芋ペースト	七分粥 鮭のだし煮 さつま芋と山東菜のすまし汁	全粥 鮭の味噌煮 さつま芋と山東菜の味噌汁 みかん	おじや きゅうりのツナ煮	おじや きゅうりのツナ煮
月	食材: 精白米、鮭、玉ねぎ、さやいんげん、さつまいも、山東菜、うんしゅうみかん(後期)			食材: 精白米、鶏ひき肉、乾ひじき、人参、ねぎ、きゅうり、ツナ缶	
23	つぶし粥(10倍粥) 白身魚と冬瓜ペースト	ほうれん草納豆粥 魚汁 りんご(すりおろし)	ほうれん草納豆粥 魚汁 りんご煮	オートミール粥(野菜入り) マッシュポテト(あおのり)	オートミール粥(野菜入り) マッシュポテト(あおのり)
火	食材: 精白米、ほうれん草、ヒキワリ納豆、白身魚、木綿豆腐、冬瓜、人参、ねぎ、りんご			オートミール、人参、ブロッコリー、じゃがいも、玉ねぎ、青のり	
24	つぶし粥(10倍粥) トマトと玉ねぎペースト	七分粥 チキンのトマト煮 麩とわかめのすまし汁	全粥 チキンのトマト煮 麩とわかめのすまし汁 バナナ	おじや 豆腐の野菜あんかけ	おじや 豆腐の野菜あんかけ
水	食材: 精白米、鶏もも皮なし、玉ねぎ、トマト、おつゆ麩、乾わかめ、ねぎ、バナナ(後期)			精白米、しらす、人参、ねぎ、沖縄豆腐、玉ねぎ、さやいんげん	
25	つぶし粥(10倍粥) 白身魚とブロッコリーペースト	七分粥 白身魚とブロッコリー煮 お豆のポテトミルクスープ	全粥 白身魚とブロッコリー煮 お豆のポテトミルクスープ みかん	パン粥(バナナヨーグルト添え) チキン野菜スープ	パン(バナナヨーグルト添え) チキン野菜スープ
木	食材: 精白米、白身魚、ブロッコリー、人参、大豆水煮、じゃがいも、玉ねぎ、粉ミルク、うんしゅうみかん(後期)			食パン、ヨーグルト、粉ミルク(中期)、バナナ、ほうれん草、人参、鶏ひき肉	
26	つぶし粥(10倍粥) 冬瓜ペースト	七分粥 鶏肉と野菜煮 冬瓜のすまし汁	全粥 鶏肉と野菜煮 冬瓜の味噌汁 りんご煮	ヒラヤーチー 白菜ときゅうりのしらす煮	ヒラヤーチー 白菜ときゅうりのしらす煮
金	食材: 精白米、鶏もも皮なし、人参、玉ねぎ、さやいんげん、冬瓜、ねぎ、りんご(後期)			小麦粉、ツナ缶、玉ねぎ、人参、ニラ、白菜、きゅうり、パプリカ黄、しらす	
27	つぶし粥(10倍粥) 小松菜と人参ペースト	鶏そぼろ粥 豆腐の野菜あんかけ レタスのスープ	鶏そぼろ粥 豆腐の野菜あんかけ レタスのスープ バナナ	パン粥(きな粉) カリフラワーツナ煮	パン(きな粉) カリフラワーツナ煮
土	食材: 精白米、鶏ひき肉、ほうれん草、パプリカ赤、沖縄豆腐、人参、小松菜、レタス、ねぎ、バナナ(後期)			食パン、きな粉、粉ミルク(中期)、カリフラワー、きゅうり、ツナ缶	
29	つぶし粥(10倍粥) 大根と人参ペースト	七分粥 チキンのトマト煮 大根のスープ	全粥 チキンのトマト煮 大根のスープ みかん	おじや キャベツとしらす煮	おじや キャベツとしらす煮
月	食材: 精白米、鶏もも皮なし、玉ねぎ、トマト、大根、人参、パセリ(乾)、うんしゅうみかん(後期)			精白米、ツナ缶、ほうれん草、人参、キャベツ、きゅうり、しらす	
30	つぶし粥(10倍粥) 白身魚と大根ペースト	七分粥 白身魚のみぞれ煮 ゆし豆腐	全粥 さばのみぞれ煮 ゆし豆腐(味噌) りんご煮	オートミール粥(きな粉) チキン野菜ミルクスープ	オートミール粥(きな粉) チキン野菜ミルクスープ
火	食材: 精白米、白身魚(中期)、さば(後期)、大根、長ねぎ、ゆし豆腐、りんご(後期)			オートミール、粉ミルク、きな粉、小松菜、鶏ひき肉、人参、玉ねぎ	
31	つぶし粥(10倍粥) 人参と玉ねぎペースト	ぷつぷつスパゲッティ わかめとオクラのスープ バナナヨーグルト	ぷつぷつスパゲッティ もずくとオクラのスープ いんげんのおかか煮 バナナヨーグルト	おじや 麩と野菜のとろとろ煮	おじや 麩と野菜のとろとろ煮
水	食材: サラスバ、鶏ひき肉、玉ねぎ、パプリカ赤、おきなわもずく(後期)、乾わかめ(中期)、オクラ、さやいんげん(後期)、人参(後期)、削り節(後期)、バナナ、プレーンヨーグルト			精白米、鶏ひき肉、人参、ねぎ、おつゆ麩、ブロッコリー	

※厚生労働省「授乳・離乳の支援ガイド」に沿って離乳食を進めます。

※離乳の完了は1歳から1歳6ヶ月です。進み具合を見ながら、幼児食移行していきます。

★ 保護者の方へ ★

色々な食材に慣れておくと、保育園での給食時間も楽しく、おいしく食べられます。  
献立表を参考に、まだ食べていない食材は自宅でチャレンジしてみましょう!!

