

日曜	献立	献立名
1水	全粥 魚と青菜煮 野菜スープ	米、水 すずき、キャベツ、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、しょうゆ
2木	全粥 豆腐のすまし汁 野菜煮	米、水 豆腐、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ じゃがいも、キャベツ、たまねぎ、いんげん、にんじん、しょうゆ、だし汁、片栗粉
3金	全粥 豆腐の中華煮 野菜と麩の煮物 オレンジ	米、水 豆腐、たまねぎ、にんじん、みそ、ごま油、だし汁、片栗粉 麩、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
6月	全粥 鶏肉と野菜煮 バナナ きゅうりとわかめの酢の物	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、米粉、バナナ きゅうり、キャベツ、わかめ、砂糖、しょうゆ、酢、だし汁
7火	全粥 豆腐と野菜煮 じゃがいもサラダ	米、水 生揚げ、たまねぎ、にんじん、さやえんどう、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、オレンジ、油、しょうゆ、砂糖
8水	全粥 鶏肉と野菜のトマト煮 ひじきのサラダ煮	米、水 鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、トマト、だし汁、しょうゆ、片栗粉 ひじき、キャベツ、きゅうり、にんじん、しょうゆ、砂糖、酢、だし汁
9木	全粥 (きなこ) 魚とじゃがいも煮 きゃべつのスープ	米、水、きな粉 さわら、じゃがいも、あおりの、だし汁、片栗粉 たまねぎ、キャベツ、にんじん、しょうゆ、だし汁
10金	全粥 焼き豆腐と野菜煮 オレンジ きゃべつとツナサラダ	米、水 豆腐、たまねぎ、にんじん、えのきたけ、ねぎ、しょうゆ、砂糖、だし汁、オレンジ キャベツ、きゅうり、ツナ缶、にんじん、だし汁
13月	全粥 高野豆腐と野菜煮 トマトスープ バナナ	米、水 凍り豆腐、キャベツ、にんじん、砂糖、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、だし汁、しょうゆ、バナナ
14火	全粥 魚とじゃがいも煮 玉ねぎのみそ汁	米、水 さわら、じゃがいも、だし汁、しょうゆ たまねぎ、えのきたけ、麩、わかめ、ねぎ、みそ、だし汁
15水	全粥 鶏肉とじゃがいも煮 小松菜の磯香煮 バナナ	米、水 鶏肉、じゃがいも、たまねぎ、だし汁、みそ、片栗粉 こまつな、にんじん、のり、だし汁、バナナ
16木	全粥 魚と野菜煮 オニオンスープ	米、水 さわら、アスパラガス、キャベツ、にんじん、しょうゆ、だし汁 たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ
17金	全粥 豆腐とじゃが芋のそぼろ煮 サラダ煮 メロン	米、水 生揚げ、鶏ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、だし汁、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁、メロン
20月	全粥 (きなこ・減量) 冷やしわかめうどん 納豆のみそ風味 バナナ	米、水、きな粉 うどん、わかめ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ 納豆、たまねぎ、ねぎ、みそ、砂糖、だし汁、バナナ
21火	全粥 豆腐と野菜煮 ちりめん煮 オレンジ	米、水 豆腐、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、だし汁 こまつな、キャベツ、にんじん、しらす干し、だし汁、オレンジ
22水	全粥 魚と野菜煮 みそ汁	米、水 さわら、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 じゃがいも、たまねぎ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
23木	全粥 鶏肉と野菜煮 豆腐スープ	米、水、にんじん 鶏ひき肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、しょうゆ、片栗粉、だし汁 豆腐、たまねぎ、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ
24金	全粥 つぶし大豆と野菜煮 オクラのツナ煮 バナナ	米、水 大豆、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、片栗粉 オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、バナナ
27月	全粥 鶏肉と野菜煮 キャベツのサラダ煮 バナナ	米、水 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、レモン、砂糖、だし汁、バナナ
28火	全粥 煮魚 かぼちゃのみそ汁 サラダ煮	米、水 あかうお、砂糖、しょうゆ、だし汁、かぼちゃ、たまねぎ、ねぎ、だし汁、みそ キャベツ、きゅうり、にんじん、酢、砂糖、だし汁
29水	全粥 (金時豆) 豆腐のふわふわ煮 ビーフンの酢の物	米、水、いんげんまめ 豆腐、だし汁、しょうゆ、片栗粉 ビーフン、キャベツ、にんじん、きゅうり、酢、しょうゆ、砂糖、だし汁
30木	全粥 鶏肉と野菜煮 わかめスープ バナナ	米、水 鶏肉、キャベツ、にんじん、しょうゆ、だし汁 わかめ、たまねぎ、ねぎ、にんじん、しいたけ、だし汁、しょうゆ、バナナ

※ 離乳食後は欲しがるだけミルクを飲みます。

また、午前、午後の間食時間にもミルクを飲みます。

※ 使用食材の中に食べたことのないものがあれば、お知らせください。

※ 都合により献立を変更する場合がありますがご了承ください。

歯みがきはいつから？

前歯が生えてきた頃から、大人のひざの上に仰向けに寝かせ、顔や口の周りをやさしく触ったりしてリラックスしてから、歯をガーゼなどやわらかいもので拭いてあげましょう。