

日曜	献立	材料名
1木	全粥~軟飯 ビビンバ風あんかけ 豆腐スープ オレンジ	米 豚ひき肉、油、こまつな、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 豆腐、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ、オレンジ
2金	全粥~軟飯 高野豆腐と野菜煮 ツナサラダ煮 オレンジ	米 凍り豆腐、たまねぎ、チンゲンサイ、にんじん、だし汁、砂糖、しょうゆ、片栗粉 きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、酢、砂糖、しょうゆ、水、オレンジ
5月	全粥~軟飯 茹で豚のごまだれ煮 トマトのスープ オレンジ	米 豚肉、きゅうり、キャベツ、にんじん、ごま、砂糖、しょうゆ、酢、油、水 たまねぎ、じゃがいも、にんじん、トマト、トマトジュース、だし汁、塩、オレンジ
6火	全粥~軟飯 さばのみそ煮 キャベツのサラダ煮 たまねぎのすまし汁	米 さば、みそ、みりん、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢 たまねぎ、えのきたけ、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、しょうゆ
7水	全粥~軟飯 ハンバーグ ゆかり煮 切干大根のみそ汁	米 牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、片栗粉、米粉、塩、油、キャベツ、にんじん、ふりかけ、だし汁 切り干しだいこん、じゃがいも、にんじん、わかめ、ねぎ、だし汁、みそ
8木	軟飯~ご飯 ささ身とじゃがいも煮 野菜煮	米 ささ身、じゃがいも、あおのり、塩、だし汁 キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ
9金	全粥~軟飯 ひじきのさらさ炒め はるさめサラダ煮 オレンジ	米 ひじき、豆腐、鶏ひき肉、たまねぎ、にんじん、グリーンピース、油、砂糖、しょうゆ はるさめ、キャベツ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ、酢、砂糖、オレンジ
12月	全粥~軟飯 (きなこ) 野菜そうめん わかめとじゃがいも煮 バナナ	米、きな粉 そうめん、キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、しょうゆ わかめ、しらす干し、じゃがいも、ごま、砂糖、しょうゆ、酒、みりん、バナナ
13火	全粥~軟飯 さわらの磯焼き 茹でじゃが きゃべつのスープ	米 さわら、しょうゆ、みりん、米粉、あおのり、水、油、じゃがいも、塩 キャベツ、たまねぎ、にんじん、だし汁、塩
14水	全粥~軟飯 鶏肉とレバーのお焼き サラダ煮	米 じゃがいも、鶏肉、鶏レバー、塩、片栗粉、米粉、油 キャベツ、きゅうり、にんじん、ミニトマト、酢、油、砂糖、塩
15木	全粥~軟飯 魚と野菜煮 野菜スープ	米 すずき、たまねぎ、きゅうり、にんじん、だし汁、しょうゆ たまねぎ、じゃがいも、にんじん、だし汁、塩
16金	全粥~軟飯 厚揚げとじゃが芋のそぼろ煮 春雨サラダ煮 オレンジ	米 生揚げ、豚ひき肉、じゃがいも、たまねぎ、にんじん、いんげん、しょうゆ、砂糖、みりん、片栗粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、はるさめ、酢、しょうゆ、砂糖、ごま油、だし汁、オレンジ
19月	全粥~軟飯 鶏肉と野菜煮 レモンサラダ煮 バナナ	米 鶏肉、たまねぎ、じゃがいも、にんじん、グリーンピース、油、だし汁、しょうゆ、米粉 キャベツ、きゅうり、にんじん、ツナ缶、レモン、しょうゆ、酢、砂糖、だし汁、バナナ
20火	全粥~軟飯 高野豆腐とじゃがいも煮 豆腐のスープ オレンジ	米 凍り豆腐、じゃがいも、にんじん、ピーマン、だし汁、砂糖、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、しいたけ、にら、だし汁、しょうゆ、オレンジ
21水	全粥~軟飯 焼き魚 きゅうりの昆布煮 わかめのすまし汁	米 はまち、塩、片栗粉、油、きゅうり、キャベツ、にんじん、塩こんぶ、だし汁 わかめ、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、しょうゆ
22木	全粥~軟飯 (金時豆) ひき肉入りお焼き しょうゆフレンチ煮	米、いんげんまめ じゃがいも、牛ひき肉、豚ひき肉、たまねぎ、にんじん、ひじき、塩、油 キャベツ、ほうれんそう、にんじん、しょうゆ、酢、油、だし汁
23金	全粥~軟飯 さわらの照り焼き 野菜煮 豆腐のみそ汁	米 さわら、片栗粉、しょうゆ、みりん、油、こまつな、にんじん、だし汁、しょうゆ 豆腐、たまねぎ、にんじん、わかめ、だし汁、みそ
26月	全粥~軟飯 (きなこ) 冷やしわかめうどん 納豆のみそ風味 バナナ	米、きな粉 うどん、わかめ、たまねぎ、にんじん、しいたけ、ねぎ、だし汁、しょうゆ 納豆、豚ひき肉、たまねぎ、ねぎ、だし汁、みそ、砂糖、バナナ
27火	全粥~軟飯 新じゃが煮 ちりめん煮 オレンジ	米 牛肉、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 こまつな、キャベツ、にんじん、しらす干し、だし汁
28水	全粥~軟飯 魚と野菜煮 じゃが芋のみそ汁	米 あかうお、こまつな、キャベツ、にんじん、だし汁、しょうゆ じゃがいも、たまねぎ、にんじん、ねぎ、だし汁、みそ
29木	全粥~軟飯 焼きビーフン オニオンスープ	米 ビーフン、豚肉、たまねぎ、にんじん、ピーマン、油、しょうゆ、砂糖 たまねぎ、ミニトマト、にんじん、だし汁、しょうゆ
30金	全粥~軟飯 チリコンカン オクラのツナ煮 オレンジ	米 牛ひき肉、豚ひき肉、大豆、たまねぎ、にんじん、トマトジュース、ケチャップ、水 オクラ、きゅうり、キャベツ、にんじん、ツナ缶、だし汁、オレンジ

- ※ 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。