

令和3年

下川大内保育園

5月離乳食献立予定表

《今月の目標》

いろいろな食材や味になれましょう



					1日 (土)
					- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ
3日 (月)	4日 (火)	5日 (水)	6日 (木)	7日 (金)	8日 (土)
憲法記念日	昭和の日	こどもの日	- ごはん - 魚の野菜あんかけ - じゃが芋のみそ汁 - オレンジ	- ごはん - 野菜のツナ入りあんかけ - 野菜スープ	- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ
10日 (月)	11日 (火)	12日 (水)	13日 (木)	14日 (金)	15日 (土)
- ごはん - 鶏肉と野菜のやわらか煮 - 野菜スープ	- ごはん - 肉じゃが - 豆腐のみそ汁 - オレンジ	- ごはん - ブロッコリーのやわらか煮 - 野菜スープ	- ごはん - 野菜のやわらか煮 - 玉ねぎのみそ汁	- ごはん - カリフラワーのそぼろ煮 - 野菜スープ	- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ
17日 (月)	18日 (火)	19日 (水)	20日 (木)	21日 (金)	22日 (土)
- ごはん - じゃが芋のクリーム煮 - 野菜スープ - オレンジ	- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ	- ごはん - 野菜のそぼろ煮 - 野菜スープ	- ごはん - 鶏肉の野菜煮 - 豆腐のみそ汁	- ごはん - じゃが芋とササミのやわらか煮 - 麩のスープ - オレンジ	- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ
24日 (月)	25日 (火)	26日 (水)	27日 (木)	28日 (金)	29日 (土)
- おかゆ - ひじきのやわらか煮 - 春の豚汁	- ごはん - じゃが芋のそぼろ煮 - 野菜スープ	- ごはん - 野菜のあんかけ - かき玉汁	- ごはん - 野菜のやわらか煮 - 豆腐のスープ	- ごはん - 野菜のそぼろ煮 - ほうれん草と豆腐のスープ	- ごはん - うどんのやわらか煮 - バナナ
31日 (月)					
- ごはん - 鮭の野菜あんかけ - 豆腐のみそ汁					

与え方にひと工夫

柔らかい物ばかりを与えたり、食べ物を細かくしすぎると、丸飲み、吸い食べのくせがついてしまいます。特に、離乳食も後期に入った1歳児から完了期を過ぎた2歳児への食事には、噛むことを意識して与え方にひと工夫してみましょう。スティック状のものを用意し、手づかみで噛み切って食べる練習をしながら、「カリコリ」「バリバリ」などの食感の違いを楽しむと良いでしょう。

