

平成 29 年 5 月 献立表 (中期) 二川保育園

日	曜	昼食	赤色 血や肉を作る食品	黄色 カや体温となる食品	緑色 体の調子を整える食品
15 ・ 29	月	春キャベツうどん 鶏の煮付け もやしの和え物	しらす 鶏肉	うどん	キャベツ 玉ねぎ 人参 もやし 胡瓜
2 16 30	火	おかゆ ゆでしらす 胡瓜のサラダ 玉ねぎのスープ	しらす	ごはん	胡瓜 人参 玉ねぎ
17 ・ 31	水	おかゆ 豆腐とやさいの煮物 ゆで人参 わかめのみそ汁	豆腐 わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参
18	木	おかゆ カレイの煮付け やさいのそぼろ和え 春野菜のすまし汁	カレイ	ごはん	もやし 胡瓜 人参 キャベツ 玉ねぎ
19	金	おかゆ じゃがいもの煮物 ほうれん草の和え物 玉ねぎのすまし汁	しらす	ごはん じゃがいも	人参 玉ねぎ ほうれん草 もやし
6 20	土	パン バナナ コーンスープ		パン	バナナ
8 ・ 22	月	おかゆ ツナのだし煮 ゆでキャベツ 麩と大根のすまし汁	ツナ	ごはん 麩	キャベツ 大根 ねぎ
9 ・ 23	火	おかゆ ゆでしらす 胡瓜の和えもの 青菜のスープ	しらす	ごはん	胡瓜 人参 小松菜 玉ねぎ
10 ・ 24	水	おかゆ 大豆の煮物 ゆで人参 キャベツのスープ	大豆	ごはん	人参 キャベツ 玉ねぎ
11 ・ 25	木	おかゆ たらのだし煮 やわらか胡瓜 もやしのすまし汁	たら	ごはん	胡瓜 もやし
12	金	おかゆ やさいの煮物 かぶの和え物 人参の汁	しらす	ごはん じゃがいも	人参 玉ねぎ キャベツ かぶ もやし
13 ・ 27	土	(13日)親子遠足 (27日)パン バナナ コーンスープ		パン	バナナ
26	金	★誕生会 お楽しみ給食★			

※**ピンク色**の食材は**旬の食材**です。おうちのごはんにも取り入れて下さいね。

※**ましろちゃん**の月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。

二回食に慣れてきましたか？

8か月を迎えるころには、離乳食にも少しは慣れてきたかと思います。楽しく食事の時間を過ごしているでしょうか。食べる意欲があるようでしたら、離乳食を進めていきましょう。人参、大根、かぶの根菜類、いも類、かぼちゃはやわらかく煮えて食べやすいので積極的に食事に取り入れましょう。葉物野菜はまだ自分ではすりつぶせないの、粗めにすりつぶしてあげて下さい。この先、果物がおいくなる季節です。果物のアレルギーが心配な場合はレンジなどで一度加熱してからあげて下さいね。楽しくおいしく離乳食を進めていきましょうね♪

