

令和2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 力や体温となる食品	緑色 体の調子を整える食品
18	月	春キャベツうどん ささみの照り焼き風 胡瓜のおかか和え	ささみ しらす	うどん	キャベツ 玉ねぎ もやし 胡瓜
19	火	おかゆ 鮭の野菜あんかけ ほうれん草のお浸し 玉ねぎのみそ汁	鮭	おかゆ	人参 玉ねぎ ほうれん草
20	水	おかゆ そぼろ豆腐 ブロッコリーの和え物 キャベツのすまし汁	鶏ひき肉 豆腐	おかゆ	玉ねぎ 人参 ブロッコリー キャベツ
7 ・ 21	木	おかゆ きれいの煮つけ やさいのそぼろ和え 春野菜のすまし汁	きれい 鶏ひき肉	おかゆ	玉ねぎ 人参 胡瓜 キャベツ
8	金	おかゆ 肉じゃが風 キャベツのお浸し 人参スープ	鶏ひき肉	おかゆ じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜
16 23	土	おかゆ 煮物 スープ バナナ	鶏肉	おかゆ	玉ねぎ 人参 バナナ
11 ・ 25	月	おかゆ 野菜煮 胡瓜のお浸し 麩と大根のスープ	鶏もも肉 しらす	おかゆ 麩	キャベツ 人参 玉ねぎ 胡瓜 大根
12 ・ 26	火	おかゆ 白身魚のだし煮 ポテトサラダ 野菜スープ	たら	おかゆ じゃがいも	玉ねぎ 人参 胡瓜 ブロッコリー
13 ・ 27	水	おかゆ ささみのトマト煮 人参の煮物 オニオンスープ	ささみ	おかゆ じゃがいも	トマト 人参 玉ねぎ 胡瓜 ほうれん草
14 ・ 28	木	おかゆ 鮭の照り焼き風 ほうれん草の和え物 人参のすまし汁	鮭 ツナ	おかゆ	ほうれん草 人参 玉ねぎ
15 ・ 29	金	おかゆ 春野菜の煮物 かぶの和え物 じゃがいものスープ	ささみ	おかゆ じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ かぶ
2 9 30	土	おかゆ 煮物 スープ バナナ	鶏肉	おかゆ	玉ねぎ 人参 バナナ
22	金	★誕生会 お楽しみ給食★			
1	金	おかゆ ひき肉あん キャベツサラダ ポテトスープ	鶏ひき肉	おかゆ じゃがいも	玉ねぎ 人参 キャベツ ブロッコリー

※お子さんの月齢にあわせて給食を提供させていただきます。

※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くださいね。

※献立表に記載されている食材は離乳食中期(8か月から)食べられる食材です。まだ食べていないものは提供しませんが
おうちで食べてみて下さいね。2~3回食べたなら担当保育士に知らせてください。随時、給食でも提供していきます♪

二回食になり、初期に比べてさまざまなものが食べられるようになってきました。
しかし、まだ食べるということに慣れていない月齢なのであわせることはありません。その子の気分に合わせて食
べたいときは食べて、気分が乗らない時は離乳食の量を減らしてその分ミルクを飲むようにしましょう。まだまだ
ミルクからの栄養が重視される月齢なので、ミルクの前のお楽しみ感覚で進めていけばよいと思います。離乳食
を食べる時間は決めて、リズムを作っていきましょう。また、大きさや固さは、“みじん切りしたものが指でつま
むと潰れる”程度に、魚や肉には片栗粉でとろみをつけて飲み込みやすくしてあげてくださいね。おうちのごはん
と給食で楽しく離乳食を進めていきましょう♪わからないことや不安なことは遠慮なく聞いて下さいね。

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。