

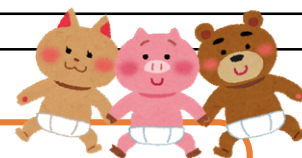
令和3年9月 献立表 (中期)

二川保育園 (内藤)

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	
6 ・ 29	月	うどん 鶏肉のうま煮 白菜のおかか和え	鶏肉	うどん	玉ねぎ もやし キャベツ 人参 胡瓜 コーン 白菜 いんげん 椎茸	
7 ・ 21	火	おかゆ カレイの煮つけ 切り干し大根サラダ 具だくさんサラダ	カレイ	ごはん	玉ねぎ 人参 胡瓜 しめじ えのき 椎茸 白菜 切り干し大根	
8 ・ 22	水	パンがゆ 鶏の照り焼き風 トマトのサラダ キャロットスープ	鶏肉	食パン	胡瓜 トマト キャベツ 玉ねぎ 人参 しめじ もやし	
9 ・ 30	木	おかゆ ツナ豆腐 ささみの和え物 ポテトスープ	豆腐 ツナ	ごはん じゃがいも	胡瓜 人参 大根 玉ねぎ キャベツ しめじ ねぎ	
10 ・ 24	金	おかゆ なすのそぼろ煮 胡瓜のサラダ 玉ねぎのすまし汁	鶏肉	ごはん じゃがいも	なす 玉ねぎ 人参 胡瓜 もやし	
11 ・ 25	土	おかゆ 野菜煮 わかめのスープ	鶏肉 わかめ	ごはん	玉ねぎ 人参 椎茸	
13 ・ 27	月	うどん 野菜あんかけ 青菜の和え物 白菜のスープ	鶏肉 豆腐	うどん	しめじ まいたけ 椎茸 玉ねぎ 人参 ねぎ 白菜 もやし 小松菜	
14 ・ 28	火	おかゆ 鮭のどろ煮 にんじんの煮物 野菜スープ	鮭	ごはん	人参 いんげん 玉ねぎ キャベツ チンゲン菜 しめじ	
1 ・ 15	水	おかゆ 野菜煮 おくらのおかか和え なすのすまし汁	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 椎茸 いんげん もやし 人参 おくら 胡瓜 小松菜 なす えのき ねぎ しめじ 小松菜	
2 ・ 16	木	おかゆ タラの煮物 マカロニサラダ チンゲン菜のすまし汁	タラ	ごはん マカロニ	玉ねぎ 人参 胡瓜 おくら もやし ほうれん草 チンゲン菜 胡瓜	
3 ・ 17	金	おかゆ 野菜のどろ煮 きゃべつ煮 オニオンスープ	豚肉	ごはん	ズッキーニ 玉ねぎ 人参 キャベツ 胡瓜 コーン	
4 ・ 18	土	おかゆ 鶏肉の煮物 野菜スープ	鶏肉	ごはん	玉ねぎ 人参	
17	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。

※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。



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て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かと思えます。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下さいね。おうちのごはん和給食で楽しく離乳食を進めていきましょう♪

※都合により献立、食材が変更になる場合があります。