

離 乳 食 献 立



令和5年度 10月

井堀保育園

日・曜		食		おやつ
		初期	中期・後期	
2月	21土	5分がゆ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ 煮込み麺 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
3月	17火	5分がゆ 豆腐と野菜の煮物 おろしきゅうり	全がゆ 豆腐と野菜の煮物 刻みきゅうり	ミルク 蒸しパン
4月	18水	5分がゆ 野菜のクリーム煮 野菜スープ	全がゆ 豆乳シチュー ゆで野菜サラダ	ミルク りんご
5月	19木	5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ いわし団子と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
6月	20金	5分がゆ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ ひじきと野菜の煮物 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
7月	土	5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 煮込み麺 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
10月	24火	5分がゆ しらすと野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 春雨としらすの煮物 野菜スープ	ミルク ふかしいも
11月	25水	5分がゆ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ ひじきと野菜の煮物 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
12月	27木	5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 根菜のやわらか煮 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
13月	30金	5分がゆ 白身魚と野菜の煮物 和風だし	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 豆腐がゆ
14月	28土	5分がゆ 野菜の煮物 つぶしバナナ	全がゆ 煮込み麺 バナナ	ミルク 野菜がゆ
16月	31火	5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 根菜のやわらか煮 もずく汁	ミルク 野菜がゆ
23月		5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 鶏レバーと野菜の煮物 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
誕生会	26木	5分がゆ しらすと野菜の煮物 和風だし	全がゆ しらすと野菜の煮物 すまし汁 みかん	ミルク 野菜がゆ

0・1・2歳児

これってどっち？

手づかみ食べとあそび食べ

生後9か月前後～1歳半前に見られる「手づかみ食べ」。つい、「あそび食べ」と言いたくなりますが、発達のにとっても大事なプロセスなのです。「手づかみ食べ」と「あそび食べ」の見分け方と、かかわりのポイントを知っておきましょう。



手づかみ食べのサイン

口に入れた物を取り出し、つぶして確かめたり、指で触ったりして、最後は口に入れる。



まずは見守って、味わった後に、「おいしいかな？」などの声をかけましょう。



あそび食べのサイン

わざと食具を落として気を引いたり、食べ物や机につけたりと、「食べる」ことをしない。



「おなかいっぱいかな？ ごちそうさましようね」と声をかけ、終わりにしましょう。