

離 乳 食 献 立

令和5年度 1月

井堀保育園

日・曜		昼 食		おやつ
		初期	中期・後期	
4	19	5分かゆ 野菜の煮物 みかん果汁	全がゆ クリームシチュー 刻みフルーツ	ミルク 野菜がゆ
5	18	5分かゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 おろしきゅうり	全がゆ 豆腐と野菜のそぼろ煮 きゅうりの甘酢あえ	ミルク 蒸しぱん
6	20	5分かゆ 煮込みうどん つぶしバナナ	全がゆ 煮込みうどん 刻みバナナ	ミルク 野菜がゆ
9		七草がゆ 和風だし	七草がゆ すまし汁	ミルク 磯がゆ
10	24	5分かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
11		5分かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 鶏肉とひじきの煮物 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
12	22	5分かゆ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ ツナと野菜の煮物 トマトスープ	ミルク 野菜がゆ
13	27	5分かゆ 煮込み麺 野菜スープ	全がゆ 煮込み麺 豆乳スープ	ミルク 野菜がゆ
15	30	5分かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
16	26	5分かゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 鶏肉とひじきの煮物 みそ汁	ミルク 黄粉がゆ
17	31	5分かゆ 白身魚と野菜のすり流し 和風だし	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
23		5分かゆ 野菜のやわらか煮 野菜だし	全がゆ レバーと野菜のトマト煮 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
29		5分かゆ 鮭と野菜のすり流し 野菜スープ	全がゆ 鮭と野菜のクリーム煮 ゆで野菜サラダ	ミルク ふかしいも
誕生会 25 木		5分かゆ 白身魚と野菜のやわらか煮 すまし汁 みかん果汁	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁 みかん	ミルク ゼリー



寒さが本格的になってくると、ノロウイルスやロタウイルス、アデノウイルスが流行り出します。突然の嘔吐に、戸惑うかもしれませんが、吐いたものが気管に入らないように、横向きに寝かせ、落ち着いてきたら、水分を少しずつ飲ませましょう。

塩分と水分の補給が大事なので、アクアライトやオーエスワンなどのイオン飲料を与えま