

離乳食献立

令和7年度 9月

井堀保育園

日・曜		昼	食	おやつ
		初期	中期・後期	
1月	16火	5分がゆ 麩と野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 肉団子と野菜の煮物 キャベツのスープ	ミルク 野菜がゆ
2火	19金	5分がゆ 鶏ミンチと野菜の煮物 和風だし	全がゆ 高野豆腐と野菜の煮物 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
3水	24水	5分がゆ 白身魚のすり流し すまし汁	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 黄粉がゆ
4木	29月	5分がゆ 野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 野菜のそぼろ煮 ゆで野菜サラダ	ミルク 野菜がゆ
5金	18木	5分がゆ かぼちゃのマッシュ 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
6土	20土	5分がゆ 野菜のマッシュ トマトスープ	全がゆ 大豆と野菜のトマト煮 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
8月		5分がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 春雨と野菜の煮物 中華スープ	ミルク 黄粉がゆ
9火	26金	5分がゆ 白身魚のすり流し 野菜スープ	全がゆ 白身魚と野菜の煮物 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
10水		5分がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトスープ	全がゆ ひじきと野菜の煮物 トマトスープ	ミルク 野菜がゆ
12金	22月	5分がゆ 豆腐と野菜の煮物 和風だし	全がゆ 厚揚げと野菜の煮物 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
13土	27土	5分がゆ 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
17水	30火	5分がゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ 春雨と野菜の煮物 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
25木		5分がゆ 野菜ののどろろ煮 野菜スープ	全がゆ 鶏レバーと野菜の煮物 わかめスープ	ミルク 黄粉がゆ
誕生会 11木		5分がゆ 鮭と野菜のすり流し すまし汁	全がゆ 鮭と野菜の煮物 すまし汁・刻みオレンジ	ミルク ゼリー

普段の食べ物で災害に備えましょう

非常時に備えてせっかく準備した食料も、慣れない味だと、子どもは食べられないことがあります。また、アレルギー食品や離乳食は、非常時には手に入りにくい場合もあります。賞味期限に注意しながら、日常的にストックし、味に慣れておくようにしましょう。ミルクを飲んでいる赤ちゃんには、普段から可能な範囲で液体ミルクを試しておくで安心です。

