

離乳食献立



令和8年度 8月

井堀保育園

日・曜		昼	食	おやつ
		初期	中期・後期	
1	17	5分がゆ 野菜のやわらか煮 野菜スープ	全がゆ ゆで大豆と野菜の煮物 刻みフルーツ	ミルク 野菜がゆ
3	21	5分がゆ 煮込み麺 和風だし	全がゆ 煮込み麺 すまし汁	ミルク バナナケーキ
4	19	5分がゆ 野菜のやわらか煮 和風だし	全がゆ 根菜のそぼろ煮 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
5	27	5分がゆ 白身魚と野菜のすり流し すまし汁	全がゆ 白身魚と野菜の吉野煮 すまし汁	ミルク 野菜がゆ
6	24	5分がゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 和風だし	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 みそ汁	ミルク 黄粉がゆ
7	26	5分がゆ 白身魚と野菜のすり流し 和風だし	全がゆ 白身魚と野菜の吉野煮 みそ汁	ミルク 野菜がゆ
8	22	5分がゆ 煮込み麺 つぶしバナナ	全がゆ 煮込み麺 刻みバナナ	ミルク 野菜がゆ
10	18	5分がゆ 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 オニオンスープ	ミルク 野菜がゆ
12		5分がゆ 野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 野菜のそぼろ煮 春雨スープ	ミルク 野菜がゆ
13		5分がゆ 煮込み麺 野菜スープ	全がゆ 煮込み麺 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
14	31	5分がゆ 豆腐と野菜のやわらか煮 おろし胡瓜	全がゆ 豆腐と野菜のあんかけ 胡瓜の甘酢あえ	ミルク 野菜がゆ
15	29	5分がゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 煮込み麺 野菜スープ	ミルク 野菜がゆ
25		5分がゆ 野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 鶏レバーと野菜の煮物 キャベツのスープ	ミルク 野菜がゆ
28		5分がゆ 野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 春雨と野菜の煮物 野菜スープ	ミルク 刻みバナナ
誕生会 20 木		5分がゆ 鶏肉と野菜の煮物 野菜スープ	全がゆ 鶏肉と野菜の煮物 すまし汁・オレンジ	ミルク 野菜がゆ

✧ 手づかみ食べも大事な成長 ✧

7ヶ月頃になると食べ物に手を伸ばし、つかんだ物を口に運ぼうとします。この頃の手づかみの体験が「自分で食べたい」意欲を育て、持った物の感触から食材の軟らかさや、つかむ時の力加減を知ります。

また、たっぷり手づかみ食べした手は、スプーンをうまく使える手にもなりますよ。

