

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和5年6月分

大和市立保育園

No. 1

日 曜	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
1・15 / 木	固がゆ いり豆腐刻み にんじんしりしり刻み みそ汁 (小松菜・しめじ) 	冷やしきつねうどん刻み 又はうどんのくたくた煮 ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉葱の煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
2・16 / 金	固がゆ かれのいの煮つけ刻み 三色お浸し刻み みそ汁 (かぼちゃ・玉葱)	ボンボンドーナッツ刻み 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ かれのいの煮つぶし ほうれん草の煮つぶし 人参の煮つぶし かぼちゃと玉葱の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
3・17 / 土	固がゆ 肉野菜炒め刻み みそ汁 (わかめ・麩) 型抜きチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ) 型抜きチーズ	ミルク
5・19 / 月	食パン又はパンがゆ(食パン) コロケ刻み もりもりピーマンマン刻み チンゲン菜のスープ (ベーコン・チンゲン菜・玉葱)	シーチキンごはん 又はおじや ミルク 	パンがゆ(食パン) じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし ピーマンの煮つぶし チンゲン菜の煮つぶし チンゲン菜のスープ(汁のみ)	ミルク
6・20 / 火	固がゆ クリームシチュー刻み フレンチサラダ刻み 	みかんの寒天ゼリー ミルク	おかゆ じゃが芋と玉葱、人参のミルク煮つぶし キャベツのゆでつぶし きゅうりのすりおろし トマトのゆでつぶし	ミルク
7・21 / 水	固がゆ 豆腐団子刻み アスパラとコーンの炒め物刻み みそ汁 (なす・長葱・油揚げ)	人参入り蒸しパン刻み 又はおじや ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 人参の煮つぶし アスパラガスの煮つぶし なすの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
8・22 / 木	固がゆ 肉じゃが刻み ひじきのふりかけ刻み みそ汁 (キャベツ・長葱)	さくさくクッキー 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋と玉葱、人参の煮つぶし ひじきの煮つぶし キャベツの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
9・23 / 金	固がゆ 白身魚の磯辺揚げ刻み いんげんのゴマ和え刻み すまし汁 (小松菜・えのきたけ)	ジャムサンド又は食パン 又はパンがゆ(食パン) ミルク	おかゆ 白身魚の煮つぶし いんげんのゆでつぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし すまし汁(汁のみ)	ミルク

保育園離乳食予定献立表 (0歳児)

令和5年6月分

大和市立保育園

No.2

	9~11か月頃(適宜きざむ)		7~8か月頃(適宜つぶす)	
	11:00	15:00	11:00	15:00
10・24 / 土	焼きそば刻み トマト刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 キャベツの煮つぶし 人参の煮つぶし トマトのゆでつぶし	ミルク
12・26 / 月	固がゆ 鶏肉のみぞれ煮刻み 納豆和え刻み みそ汁 (豆腐・油揚げ・長葱)	乳児用菓子 メロン刻み ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 納豆のゆでつぶし 大根の煮つぶし ほうれんそうの煮つぶし 人参の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
13・27 / 火	食パン又はパンがゆ(食パン) なす・トマトのミートグラタン刻み 切干大根のサラダ刻み	まぜごはん又はおじや ミルク	パンがゆ(食パン) なすとトマトのミルク煮つぶし きゃべつのゆでつぶし 人参の煮つぶし	ミルク
14・28 / 水	固がゆ 豚肉と野菜のみそ炒め刻み ブロッコリーの磯かけ刻み そらまめのスープ (ベーコン・そらまめ・玉葱)	ヨーグルトケーキ刻み又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 玉葱と人参の煮つぶし ブロッコリーのゆでつぶし そらまめの煮つぶし そらまめのスープ(汁のみ)	ミルク
29 / 木	固がゆ ハンペンのはさみ揚げ刻み ごまごまちちんぷい刻み みそ汁 (じゃが芋・小松菜)	マカロニあべかわ刻み又は マカロニのクタクタ煮 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 なすの煮つぶし 人参の煮つぶし じゃが芋の煮つぶし 小松菜の煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク
30 / 金	固がゆ 高野豆腐と鶏肉のうま煮刻み かぼちゃのオーブン焼き刻み みそ汁 (キャベツ・長葱)	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 高野豆腐の薄味煮つぶし じゃが芋と玉葱、人参の煮つぶし かぼちゃの煮つぶし キャベツの煮つぶし みそ汁(汁のみ)	ミルク

※5~6か月の離乳食について
7~8か月の献立内容にならない、形態をペースト状にするなどして食べやすくしてあります。
ただし、使用食材は離乳食家庭連絡表に準じています。

*保育園の行事、材料の都合などにより献立を変更する場合があります。
*個人の状況に合わせて使用する食材が変わることがあります。
*パンがゆは食パンで作ります。
*ベビーフード「野菜と鶏ささみ」(非常食)等を使用する場合があります。

♥ 離乳食をじょうずに食べさせるには・・・ ♥

お子さんの口の動きを見ながら、ゆっくり・ゆったりと食べさせましょう。焦りは禁物です。

1

お子さんが口を開けるのを待ちましょう。
離乳食をのせたスプーンを、下唇に軽く「ツツツ」とあててあげると良いでしょう。

2

口の前方で取り込ませましょう。
口の奥の方に食べ物を入れると、すぐに飲み込む動きになり、丸のみの癖がついてしまいます。
スプーンは奥に入れ過ぎないように気をつけましょう。

3

食べ物を取り込むのを待ちましょう。
お子さんが自分の口を閉じて、食べ物を取り込むのを待ちましょう。

4

飲み込むのを待ちましょう。
飲み込むのを待ってから、次の一口をあげましょう。



スプーンの使い方のポイント! スプーンは水平に引き抜きましょう。上唇に、こすり付けないようにしましょう。

