

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 豚肉の生姜焼き刻み ポテコーン すまし汁 (小松菜・しめじ)	乳児用菓子 メロン刻み ミルク 	おかゆ 麩のクタクタ煮 じゃが芋のミルク煮 小松菜の煮つぶし又はペースト すまし汁 (汁のみ)	ミルク
2・16 / 金	固がゆ かれいの煮つけほぐし 浅漬け刻み (キャベツ・人参・きゅうり) みそ汁 (かぼちゃ・玉ねぎ)	マカロニあべかわ 又はきな粉がゆ ミルク	おかゆ かれいの煮つぶし キャベツのゆでつぶし 人参のゆでつぶし かぼちゃ・玉ねぎの煮つぶし 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・ねぎ) 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・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	固がゆ いり豆腐刻み 野菜たちのおかか和え刻み (なす・もやし・人参) みそ汁 (わかめ・しめじ)	きつねうどん刻み 又はおじや (ねぎ) ミルク	おかゆ 豆腐の薄味煮つぶし 玉ねぎと人参の煮つぶし なすのゆでつぶし みそ汁 (汁のみ)	ミルク 
6・20 / 火	固がゆ クリームシチュー刻み パイン入り甘酢	レーズンクッキー 又は乳児用菓子 ミルク	おかゆ 野菜 (かぼちゃ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・なす・ズッキーニ) のミルク煮つぶし キャベツゆでつぶし きゅうりすりおろし	ミルク
<b>☆☆七夕おたのしみメニュー☆☆</b> ※メニュー・日程は園によって異なります。				
7 / 水	ゆかりご飯 まぐろのかんろ煮刻み 七夕のお浸し刻み (ほうれん草・人参・オクラ) 星のみそ汁 (わかめ・星の麩)	備蓄用ベビーフード (ミックスフルーツ) 乳児用菓子 ミルク	おかゆ又は備蓄用ベビーフード (野菜入りチキンライス) 麩の煮つぶし ほうれん草のペースト 人参の煮つぶし 星のみそ汁 (汁のみ)	ミルク
7 / 水	パン 豚ヒレカツ刻み 和風サラダ刻み 星たちの彩りスープ (星の麩・オクラ・人参)	備蓄用ベビーフード (ミックスフルーツ) 乳児用菓子 ミルク	パンがゆ又は備蓄用ベビーフード (野菜入りチキンライス) 麩の煮つぶし きゅうりすりおろし 人参の煮つぶし 星たちの彩りスープ (汁のみ)	ミルク
7 / 水	コーン入り混ぜご飯刻み 鶏の唐揚げ青のり風味刻み バンサンスウ刻み 七夕汁 (オクラ・そうめん)	パン又は乳児用菓子 又は備蓄用ベビーフード (ミックスフルーツ) ミルク	おかゆ又は備蓄用ベビーフード (野菜入りチキンライス) 麩のクタクタ煮 きゅうりすりおろし 人参のゆでつぶし 七夕汁 (汁のみ)	ミルク
21 / 水	固がゆ ハンペンのはさみ揚げ トマト刻み みそ汁 (なす・麩)	プレーンヨーグルト 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩の煮つぶし トマトゆでつぶし なすの煮つぶし	ミルク
8・㉒ / 木	固がゆ じゃが芋のそぼろ煮刻み 手作りふりかけ みそ汁 (チンゲン菜・ねぎ) とうもろこし刻み	パン又はパンがゆ ミルク	おかゆ 麩とじゃが芋・玉ねぎ・人参 の薄味煮つぶし チンゲン菜とねぎの煮つぶし みそ汁 (汁のみ)	ミルク
9・㉓ / 金	米粉パン バーベキューソース和え刻み (ウインナー抜き) たたき胡瓜刻み にんじゃのスープ (とうがん)	ひじきご飯又はおじや ミルク	パンがゆ 高野豆腐薄味煮すりつぶし じゃが芋・人参の煮つぶし きゅうりすりおろし とうがんの煮つぶし にんじゃのスープ (汁のみ)	ミルク

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
10・24 / 土	ナポリタン刻み トマト刻み	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 玉ねぎ・人参のミルク煮つぶし トマトゆでつぶし	ミルク
12・26 / 月	固がゆ 豆腐団子刻み 納豆和え刻み みそ汁 (油揚げ・しめじ)	乳児用菓子 小玉すいか刻み ミルク	おかゆ 豆腐煮つぶし 納豆ゆでつぶし ねぎの煮つぶし ほうれん草ペースト みそ汁 (汁のみ)	ミルク
13・27 / 火	固がゆ メルルーサのネギみそ焼きほぐし きんぴらごぼうの やわらか煮刻み すまし汁 (小松菜・麩)	小倉ケーキ 又はあずきがゆ ミルク	おかゆ かれい煮つぶし 麩の煮つぶし 人参の煮つぶし 小松菜の煮つぶし又はペースト すまし汁 (汁のみ)	ミルク
14・28 / 水	固がゆ 鶏ひき肉と野菜のそぼろ (しょうゆ味) (玉ねぎ・ピーマン・赤ピーマン) ボイルブロッコリー刻み チンゲン菜のスープ (チンゲン菜・玉ねぎ・ベーコン)	きな粉がゆ 又は 乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮つぶし 玉ねぎと赤ピーマンの煮つぶし ブロッコリーのゆでつぶし チンゲン菜と玉ねぎの煮つぶし 野菜スープ (汁のみ)	ミルク
29 / 木	固がゆ 鶏肉のマーマレード煮刻み いんげんと人参のやわらか煮刻み せんべい汁 (せんべい・鶏肉・人参・ごぼう・キャベツ・ねぎ)	じゃがバター刻み ミルク	おかゆ 麩のクタクタ煮 いんげんと人参の煮つぶし キャベツとねぎの煮つぶし せんべい汁 (汁のみ)	ミルク
30 / 金	パン かぼちゃのグラタン刻み 切り干し大根と ツナのサラダ刻み	焼きそば刻み 又はおじや (キャベツ) ミルク	パンがゆ かぼちゃと玉ねぎのミルク煮つぶし キャベツのゆでつぶし 人参のゆでつぶし	ミルク
31 / 土	固がゆ 鶏肉とやさいの旨煮刻み みそ汁 (わかめ・麩) ベビーチーズ	乳児用菓子 ミルク	おかゆ 麩の煮つぶし じゃが芋・玉ねぎ・人参の薄味煮つぶし みそ汁 (汁のみ) ベビーチーズ	ミルク

\* 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。  
\* 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。

**5～6か月の離乳食について**

7～8か月の献立内容にならい、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。但し、使用食材は離乳食家庭連絡表に準じています。

**手づかみ食で食べる意欲を育てましょう!**

離乳食後半になると、お子さんは少しずつ自分で食べたがるようになり、手づかみで食べるようになってきます。いろいろな食べ物を見る、触る、味わう体験を通して、食べることの楽しさを知り、自分で進んで食べようとする力を育てていきます。

食べ物を触ろうとしたり、ぎゅっとつかんで感触を確かめたりといった様子が見られたら、

**今が手づかみ食を始めるチャンスです!!**

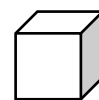
もし興味を示す様子が見られなくても、離乳食後半になったら、手で持ちやすいものを用意して、手づかみ食べができる環境を整えてみましょう。



手づかみ食は、スプーンや箸を上手につかうための基礎になります。ぜひ十分に体験させてあげましょう

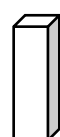
**こんな形がオススメ!**

●サイコロ状



指でつぶせる程度まで煮た野菜など。指でつまみやすい。

●スティック状



手で持って食べやすい形。噛み切ったときに一口サイズになりやすい。

●横幅を長くする



一口では口に入らないため前歯全体でかじり取ることができる。