



4 月 離 乳 食 献 立 表 (6 か 月 頃)

精華町立保育所

| 日 曜 | 時間帯 | 献立 | 材 料 名 | | | |
|--------|---------|---|-------------------|------------|------------------|----------|
| | | | 黄 | 赤 | 緑 | |
| | | | 熱と力になるもの | 血や肉や骨になるもの | 体の調子を整えるもの | その他 |
| 01 | 屋食 水 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 白身魚 | 白菜、小松菜 | 昆布 |
| 02 | 屋食 木 | すりつぶしがゆ 白身魚(たい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | 人参、チンゲンサイ、きゃべつ | 昆布 |
| 03 | 屋食 金 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 豆腐 | 人参、玉ねぎ、小松菜 | 昆布 昆布 |
| 06 | 屋食 月 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | ブロッコリー、人参、玉ねぎ | 昆布 |
| 07 | 屋食 火 | すりつぶしがゆ 白身魚(たい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 白身魚 | 人参、きゃべつ | 昆布 |
| 08 | 屋食 水 | すりつぶしがゆ しらすと野菜のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | しらす干し | ほうれん草 人参 | 昆布 |
| 09 | 屋食 木 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 豆腐 | 人参、小松菜、きゃべつ | 昆布 昆布 |
| 10 | 屋食 金 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | 白菜、人参、玉ねぎ | 昆布 |
| 13 | 屋食 月 | すりつぶしがゆ 白身魚(たい)のすりつぶし 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | 人参、玉ねぎ、きゃべつ | 昆布 |
| 14 | 屋食 火 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 豆腐 | 人参、玉ねぎ、小松菜 | 昆布 昆布 |
| 15 | 屋食 水 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | 人参、玉ねぎ、きゃべつ | 昆布 |
| 16 | 屋食 木 | すりつぶしがゆ しらすと野菜のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | しらす干し | 人参 ブロッコリー、玉ねぎ | 昆布 |
| 17 | 屋食 金 | すりつぶしがゆ 白身魚(たい)のすりつぶし 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 白身魚 | ほうれん草、人参 | 昆布 |
| 20 | 屋食 月 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 白身魚 | 人参、玉ねぎ | 昆布 |
| 21 | 屋食 火 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜の軟らか煮 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 豆腐 | きゃべつ、人参 | 昆布 昆布 |
| 22 | 屋食 水 | すりつぶしがゆ しらすと野菜のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | しらす干し | 人参 玉ねぎ | 昆布 |
| 23 | 屋食 木 | すりつぶしがゆ 白身魚(たい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 白身魚 | 白菜、人参、玉ねぎ | 昆布 |
| 24 | 屋食 金 | すりつぶしがゆ しらすと野菜のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | しらす干し | 人参 玉ねぎ、きゃべつ | 昆布 |
| 27 | 屋食 月 | すりつぶしがゆ 白身魚(かれい)のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) じゃが芋 | 白身魚 | 人参、きゃべつ | 昆布 |
| 28 | 屋食 火 | すりつぶしがゆ 豆腐のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | 豆腐 | 人参、チンゲンサイ、玉ねぎ | 昆布 昆布 |
| 30 | 屋食 木 | すりつぶしがゆ しらすと野菜のすりつぶし 野菜のすりつぶし 野菜スープ(離) | 五分がゆ(精白米) | しらす干し | きゃべつ 人参、小松菜 | 昆布 |

* 材料は都合により変更になることがあります。

6か月頃は食べ物に慣れる練習をします。舌の動きは、前後に動かして食べ物を運ぶ練習をしています。