

1 月 の こ ん だ て R6.1.1

太田東保育園

| 日 曜日 | 初期(5~6ヶ月) | | 中期(7~8ヶ月) | | 後期(9~11ヶ月) | | 行事予定 | メモ |
|---------|-------------|-------------|-----------------|----------------------------|-----------------------|----------|--------|---|
| | おかゆ、スープ、ミルク | おかゆ、スープ、ミルク | 午前おやつ ほうじ茶 | 昼食 おかゆ(めん・食パン)、ミルク、ほうじ茶 | 午後おやつ ミルク、ほうじ茶 | | | |
| 4 | 木 | 人参 | 人参、玉ねぎ、ブロッコリー水煮 | 赤ちゃんせんべい | 鶏肉、野菜入りスープ煮 | 食パン | | <p>あけまして おめでたございます</p> <p>乳児期の発達と発育</p> <p>乳児期は著しく成長します。特に0歳児は一年に体重が出生時の3倍にまで達し歩くようになります。成長が活発な時は新陳代謝も良く沢山のエネルギーをはじめ、各種の栄養素が必要になります。大人と比べて身体は小さいですが、たんぱく質、カルシウム、鉄分など必要な栄養素が不足ないように様々な食品を摂るようにしましょう。</p>  |
| 5 | 金 | " | 人参、きゃべつ、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | しらす、ふ、野菜入りコンソメスープ煮 | 蒸しパン | | |
| 6 | 土 | " | 人参、じゃが芋、ブロッコリー" | 赤ちゃんせんべい | めん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮 | 食パン | | |
| 9 | 火 | " | 人参、大根、ほうれん草" | りんご | 鮭のほぐし身、野菜入り味噌スープ煮 | ホットケーキ | 避難訓練 | |
| 10 | 水 | " | 人参、じゃが芋、玉ねぎ" | りんご | 薄味チキンカレー | きな粉マカロニ | 身長体重測定 | |
| 11 | 木 | " | 人参、きゅうり、玉ねぎ" | 赤ちゃんせんべい | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | フルーツ寒天 | | |
| 12 | 金 | " | 人参、大根、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | うどん、鶏肉、野菜入りしょうゆスープ煮 | 食パン | もちつき | |
| 13 | 土 | " | 人参、じゃが芋、玉ねぎ" | 赤ちゃんせんべい | スパゲティー、鶏肉、野菜入りトマトスープ煮 | 食パン | | |
| 15 | 月 | じゃが芋 | 人参、きゃべつ、きゅうり" | りんご | 鶏肉、豆腐、野菜入りスープ煮 | じゃが芋もち | | |
| 16 | 火 | " | 人参、ブロッコリー、じゃが芋" | りんご | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | ホットケーキ | | |
| 17 | 水 | " | 人参、ブロッコリー、じゃが芋" | りんご | かじき鮓、野菜入りコンソメスープ煮 | フルーツ寒天 | | |
| 18 | 木 | " | 人参、玉ねぎ、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | しらす、ふ、野菜入りスープ煮 | しょうゆマカロニ | | |
| 19 | 金 | " | 人参、白菜、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | 食パン | | |
| 20 | 土 | " | 人参、ほうれん草、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | うどん、しらす、野菜入りしょうゆスープ煮 | 食パン | | |
| 22 | 月 | 大根 | 人参、大根、ブロッコリー" | りんご | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | きな粉マカロニ | | |
| 23 | 火 | " | 人参、きゃべつ、じゃが芋" | りんご | しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮 | ホットケーキ | | |
| 24 | 水 | " | 人参、大根、玉ねぎ" | りんご | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | 食パン | | |
| 25 | 木 | " | 人参、ブロッコリー、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | めん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮 | ふかし芋 | | |
| 26 | 金 | " | 人参、かぼちゃ、きゃべつ" | 赤ちゃんせんべい | 鶏肉、野菜入りトマトスープ煮 | ホットケーキ | | |
| 27 | 土 | " | 人参、きゃべつ、じゃが芋" | 赤ちゃんせんべい | めん、鶏肉、野菜入りスープ煮 | 食パン | | |
| 29 | 月 | かぼちゃ | 人参、じゃが芋、トマト" | りんご | 鶏肉、豆腐、野菜入りスープ煮 | 蒸しパン | | |
| 30 | 火 | " | 人参、じゃが芋、きゅうり" | りんご | 鱈のほぐし身、ひじき、野菜入り味噌スープ煮 | フルーツ寒天 | | |
| 31 | 水 | " | 人参、ブロッコリー、玉ねぎ" | りんご | 鶏肉、野菜入り味噌スープ煮 | 食パン | | |

- ・離乳食の進み具合によって、食品の種類数、量は個々変えています。
- ・初期、中期のスープはその日の野菜を煮たスープです。
- ・後期の野菜は、中期の野菜と同じ様な物です。