

# 8 月 の こ ん だ て

R6. 7. 25

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		
1 木	きやべつ	人参、じゃが芋、きゅうりの水煮	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りスープ煮	食パン	身長体重測定
2 金	"	人参、玉ねぎ、茄子	赤ちゃんせんべい	鶏肉、ひじき、野菜入り味噌スープ煮	すいか	
3 土	"	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	食パン	
5 月	人参	人参、玉ねぎ、じゃが芋	巨峰	鱈のほぐし身、野菜入り味噌スープ煮	ホットケーキ	
6 火	"	人参、トマト、きゅうり	巨峰	鶏肉、豆腐、野菜入りコンソメスープ煮	じゃが芋もち	
7 水	"	人参、玉ねぎ、じゃが芋	巨峰	薄味チキンカレー	蒸しパン	
8 木	"	人参、大根、きやべつ	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	きな粉マカロニ	避難訓練
9 金	"	人参、茄子、じゃが芋	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りスープ煮	フルーツ寒天	
10 土	"	人参、玉ねぎ、じゃが芋	赤ちゃんせんべい	スパゲティ、鶏肉、野菜入りトマトスープ煮	食パン	
13 火	じゃが芋	人参、じゃが芋、きゅうり	巨峰	しらす、ふ、野菜入りスープ煮	蒸しパン	
14 水	"	人参、玉ねぎ、きゅうり	巨峰	鶏肉、豆腐、野菜入り味噌スープ煮	じゃが芋もち	
15 木	"	人参、トマト、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	ホットケーキ	
16 金	"	人参、きゅうり、じゃが芋	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りスープ煮	フルーツ寒天	
17 土	"	人参、きやべつ、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	
19 月	かぼちゃ	人参、かぼちゃ、きゅうり	巨峰	豚肉、野菜入りコンソメスープ煮	ホットケーキ	
20 火	"	人参、大根、茄子	巨峰	鮭のほぐし身、野菜入り味噌スープ煮	蒸しパン	
21 水	"	人参、玉ねぎ、かぼちゃ	巨峰	薄味チキンカレー	食パン	
22 木	"	人参、トマト、じゃが芋	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	
23 金	"	人参、きゅうり、じゃが芋	赤ちゃんせんべい	鶏肉、豆腐、野菜入りスープ煮	きな粉マカロニ	
24 土	"	人参、トマト、きゅうり	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	
26 月	大根	人参、じゃが芋、きゅうり	巨峰	鶏肉、ひじき、野菜入り味噌スープ煮	ホットケーキ	
27 火	"	人参、大根、トマト	巨峰	しらす、豆腐、野菜入り味噌スープ煮	蒸しパン	
28 水	"	人参、かぼちゃ、きやべつ	巨峰	鶏肉、野菜入りトマトスープ煮	フルーツ寒天	お誕生会
29 木	"	人参、玉ねぎ、茄子	赤ちゃんせんべい	鶏肉、野菜入りスープ煮	きな粉マカロニ	
30 金	"	人参、ブロッコリー、じゃが芋	赤ちゃんせんべい	鶏肉、ふ、野菜入り味噌スープ煮	食パン	
31 土	"	人参、ほうれん草、ブロッコリー	赤ちゃんせんべい	うどん、しらす、ふ、野菜入りしょうゆスープ煮	食パン	

蝉の声が聞こえ始め、夏も本番となり、暑い日が続きそうです。そんな時は旬の夏野菜を食べることをお勧めします。夏野菜には水分やカリウムが多く含まれるので、水分補給や体の熱を逃がすのに役立ちます。夏を元気にのりきるためにも、いろいろな食品を食べられるようにしていきたいですね。



☆離乳食はその日の体調を考慮して、無理せず、量を加減したり離乳食を一段階もどしてあげてみましょう。また、汗をかく時期なので水分をこまめに摂るようにしましょう。

- ・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。