



6がつ こりす・りすぐみのこんだて



R5. 6. 1

認定こども園しんよこえ

一歳を過ぎて、何でも食べるからと大人と一緒にものをあげてしまいがちですが、まだまだ身体も小さく、消化するための内臓も未発達です。

特に塩分や油ものなどは薄めたり、控えたりして身体に無理のないようにしていきましょう。

また、歯も十分に生えそろうておらず、噛む力や飲み込む力も強くありません。

食材の大きさが大きすぎたり、硬すぎると、食べ辛く、噛まずに飲み込んでしまい、窒息につながる恐れもあります。

お子さんの成長段階に合わせてゆっくり見守っていきましょう。



げつ	か	すい	もく	きん
 <p>* 行事・材料の都合により、一部献立を変更する場合があります。ご了承ください。</p> 			1日 ・じゃが芋とちりめんの お焼き ・ブロッコリーのおかか和え ・わかめのみそ汁	2日 ・魚の塩こうじ焼き ・青菜とうすあげの和え物 ・焼きじゃが ・きのこのすまし汁
5日 ・手づくりがんもの煮物 ・ブロッコリーと人参の和え物 ・青菜のみそ汁	6日 ・魚の塩焼き ・きゅうりと さつまいもの煮物 ・玉ねぎのすまし汁	7日 ・豆腐ハンバーグ ・ほうれん草のおひたし ・トマト ・わかめスープ	8日 ・豆腐の野菜あんかけ ・茹でブロッコリー ・かぼちゃの煮物 ・岩のり入りみそ汁	9日 ・白身魚のごま焼き ・青菜とうすあげの和え物 ・焼きじゃが ・きのこのすまし汁
12日 ・魚のムニエル ・アスパラとじゃがいもの おかか和え ・なすのみそ汁	13日 ・鶏肉の照り焼き ・焼きかぼちゃ ・茹で野菜 ・豆腐のすまし汁	14日 ・うすあげとじゃが芋の煮物 ・すりおろしきゅうりの ごま和え ・しめじのみそ汁	15日 ・白身魚の蒸し焼き ・かぼちゃときゅうりの煮物 ・レタスのスープ	16日 ・鶏ささみのうすくずあん ・青菜のきのこ和え ・麦とろ麺汁
19日 ・魚の照り焼き ・茹でじゃが芋 ・青菜と切干大根のおひたし ・豆腐のみそ汁	20日 ・鶏ひき肉とじゃが芋の煮物 ・茹でスナップえんどう ・野菜スープ	21日 ・煮魚 ・青菜ののり和え ・うすあげのすまし汁	22日 ・厚揚げのあんかけ ・茹でブロッコリー ・焼きさつまいも ・わかめのみそ汁	23日 ・かぼちゃと鶏肉の煮物 ・きゅうりととうすあげの煮物 ・玉ねぎと白玉麩のすまし汁
26日 ・鶏肉のさっぱり煮 ・青菜と人参の和え物 ・玉ねぎのみそ汁	27日 ・魚のみそ焼き ・ブロッコリーのやわらか煮 ・豆腐のすまし汁	28日 ・納豆とちりめんのお焼き ・さつまいもと きゅうりの煮物 ・白玉麩のすまし汁	29日 ・鮭のムニエル ・茹で野菜 ・オクラのすまし汁	30日 ・トマト入り肉じゃが ・いんげんのごま和え ・しめじのすまし汁 ・きなこ