



6 がつ こりすぐみのこんだて



R7. 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っておらず、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
2 日 ・ 鮭のムニエル ・ 青菜と春雨の和え物 ・ 茹でにんじん ・ 玉ねぎのスープ	3 日 ・ 野菜入りじゃが芋おやき ・ アスパラと鶏ささみのごま和え ・ わかめのみそ汁	4 日 ・ 鮭の塩焼き ・ 茹で野菜 ・ 麩のすまし汁	5 日 ・ 豆腐と鶏ひき肉の旨煮 ・ じゃが芋のおかか和え ・ キャベツのスープ	6 日 ・ じゃが芋と鶏団子の煮物 ・ 青菜のお浸し ・ うすあげのみそ汁
9 日 ・ とりささみと玉ねぎのくず煮 ・ ブロッコリーと人参のおかか和え ・ なすのみそ汁	10 日 ・ 白身魚の青のり焼き ・ アスパラと人参の柔らか煮 ・ 茹でさつま芋 ・ うすあげのすまし汁	11 日 ・ かぼちゃとつくねの煮物 ・ 青菜の煮浸し ・ 豆腐のみそ汁	12 日 ・ 白身魚のみそ煮 ・ 茹でじゃが ・ ブロッコリーのあげ衣和え ・ モロヘイヤのみそ汁	13 日 ・ 鮭の塩こうじ焼き ・ 青菜とえのきの和え物 ・ 玉ねぎと麩のすまし汁
16 日 ・ 魚の照り焼き ・ 青菜のおかか和え ・ 茹でかぼちゃ ・ そうめん汁	17 日 ・ じゃが芋となすのそぼろ煮 ・ 大豆ときゅうりの柔らか煮 ・ 玉ねぎのすまし汁	18 日 ・ 鮭のごま焼き ・ じゃが芋とスナッPEndウの和え物 ・ うすあげのみそ汁	19 日 ・ マーボー豆腐 ・ 青菜としらすの和え物 ・ じゃが芋のすまし汁	20 日 ・ 煮魚 ・ かぼちゃときゅうりの煮物 ・ オクラのすまし汁
23 日 ・ 鶏ささみの野菜あんかけ ・ 茹でさつま芋 ・ なめこのみそ汁	24 日 ・ 炒り豆腐 ・ かぼちゃの煮物 ・ キャベツのすまし汁	25 日 ・ 野菜ととり団子のみそ煮 ・ ほうれん草のお浸し ・ わかめのスープ	26 日 ・ 白身魚と人参の蒸し焼き ・ ブロッコリーの和え物 ・ 豆腐のすまし汁	27 日 ・ 高野豆腐の煮物 ・ きゅうりのみそ和え ・ ふのすまし汁
30 日 ・ 白身魚のソテー ・ きゅうりと春雨の和え物 ・ 豆腐のすまし汁	* 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。 			



