



6がつ こりす・りすぐみのこんだて



R6. 5. 31

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
 <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> 				
3日 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・青菜とうすあげの和え物 ・わかめのみそ汁	4日 ・魚の塩焼き ・ブロッコリーのおかか和え ・茹でさつまいも ・きのこのすまし汁	5日 ・じゃが芋と揚げの煮物 ・すりおろしきゅうりのごま和え ・オクラと豆腐のみそ汁	6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	7日 ・鶏肉の照り焼き ・ブロッコリーと人参の和え物 ・キャベツのみそ汁
10日 ・魚の蒸し焼き ・茹で野菜 ・豆腐のすまし汁	11日 ・鶏肉と人参の煮物 ・きゅうりとちりめんの和え物 ・じゃが芋のみそ汁	12日 ・煮魚 ・ほうれん草のお浸し ・麩のすまし汁	13日 ・豆腐の野菜あんかけ ・ブロッコリーのおかか和え ・玉ねぎのみそ汁	14日 ・鶏肉とかぼちゃの煮物 ・茹でブロッコリー ・わかめのみそ汁
17日 ・魚の照り焼き ・青菜の柔らか煮 ・にゅうめん汁	18日 ・鶏肉と大豆の煮物 ・茹でブロッコリー ・なすのみそ汁	19日 ・鶏ささみのうすくずあん ・レタスと人参のごま和え ・きのこのみそ汁	20日 ・豆腐と鶏ひき肉の煮物 ・青菜のお浸し ・トマト ・じゃが芋のすまし汁	21日 ・白身魚の蒸し焼き ・かぼちゃときゅうりの煮物 ・オクラのすまし汁
24日 ・鶏肉の照り焼き ・茹で野菜 ・なめこのみそ汁	25日 ・手づくりがんもの煮物 ・きゅうりの柔らか煮 ・玉ねぎのすまし汁	26日 ・鮭の蒸し煮 ・わかめともやしの和え物 ・きのこのすまし汁	27日 ・魚のムニエル ・ほうれん草のお浸し ・レタスのスープ	28日 ・鶏肉とじゃが芋の煮物 ・茹でブロッコリー ・豆腐のみそ汁