



9月0歳児給食献立予定表

R8. 8. 31

大曲こども園

日	曜	離乳完了期
1	火	軟飯、厚揚げの五目煮、手作りふりかけ、ゆかりあえ
2	水	軟飯、豚肉の生姜焼き、ごま酢あえ
3	木	ロールパン、肉団子の豆乳スープ、ツナサラダ
4	金	軟飯、フィッシュピザ、粉ふき芋、春雨スープ
7	月	軟飯、千草焼き、切り干し大根のゴマドレサラダ
8	火	ロールパン、鶏肉のレモン煮、豆腐の中華スープ
9	水	軟飯、鮭のちゃんちゃん焼き、磯マヨあえ
10	木	軟飯、鶏肉の煮物、コールスロー
11	金	軟飯、マーボー豆腐、三色ナムル
14	月	軟飯、魚の照り焼き、人参しりしり、ビーフン汁
15	火	軟飯、豆腐のチャンプルー、野菜サラダ
16	水	軟飯、じゃが芋のそばろ煮、友禅あえ
17	木	軟飯、鶏肉のマーマレード焼き、秋味みそ汁
18	金	軟飯、厚揚げ中華煮、キャベツのさっぱりサラダ
24	木	煮込みうどん、かぼちゃ煮
25	金	軟飯、ポークビーンズ、ひじきのサラダ
28	月	軟飯、五目ひじき煮、しらすあえ
29	火	軟飯、チキンのたれかつ、みそ汁
30	水	煮込みうどん、ツナ野菜いため

基本は「ごく薄味」で

離乳食も段階が進んでくると、たいいていの食品は食べられるようになり、大人の食品を取り分けることも多くなると、濃い味を覚えてしまいがち。1歳を過ぎても今まで通り「ごく薄味」が基本です。大人と同じ味付けは濃すぎます。濃い味を覚えてしまうと、なかなか薄味には戻れません。塩分はパンやめん類、バターやマーガリン、チーズなどにも含まれるので、主食は塩分を含まないご飯中心がおすすめです。

