

# 2021年度 1月 給食(離乳食)予定献立表

旭丘保育園

(日)	(曜)	主食	汁物	おかず	フルーツ
4	火	軟飯	みそ汁	しらす と 野菜煮	みかん
5	水	"	清汁	ポトフ風煮	リンゴ
6	木	"	みそ汁	だし卵 と 野菜煮	ヨーグルト
7	金	"	清汁	豚肉 と 野菜煮	バナナ
11	火	"	みそ汁	豆腐 と 野菜煮	みかん
12	水	"	みそ汁	鶏肉 と 野菜煮	ヨーグルト
13	木	"	清汁	豚肉 と 野菜煮	リンゴ
14	金	"	みそ汁	だし卵 と 野菜煮	バナナ
17	月	"	みそ汁	豆腐 と 野菜煮	バナナ
18	火	"	清汁	豚レバー と 野菜煮	リンゴ
19	水	"	みそ汁	鮭 と 野菜煮	いちご
20	木	"	清汁	鶏肉 と 野菜煮	みかん
21	金	"	みそ汁	だし卵 と 野菜煮	ヨーグルト
24	月	"	みそ汁	鶏肉 と 野菜煮	バナナ
25	火	"	清汁	豚肉 と 野菜煮	リンゴ
26	水	"	みそ汁	だし卵 と 野菜煮	ヨーグルト
27	木	"	清汁	豚肉 と 野菜煮	リンゴ
28	金	"	みそ汁	鰯 と 野菜煮	みかん
31	月	"	みそ汁	鶏肉 と 野菜煮	バナナ

※ メニューやフルーツは仕入れにより変更する場合があります  
 大きさ、形態はその子に合わせてます(食べている食品で提供します)  
 薄味に仕上げます(汁物も薄めます)  
 19~11ヶ月▶ 少しだけ味付けをします。

## 食感を楽しむ工夫で噛む力をUP

上手に食べるためには、食べ物を噛みつぶす力だけでなく、食べ物に合わせて噛み方を調整する力も必要です。「モチモチ」「カリカリ」「パリパリ」など、いろいろな食感を体験できるように調理を工夫して食事中は、「噛むとどんな音があるかな?」などと声をかけ、楽しみながら噛む力をつけましょう。

