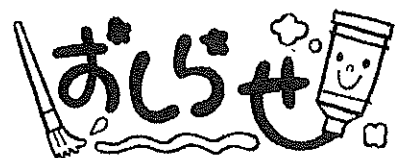


離乳食だより

2022.11.1

ひらた西保育園

朝夕すっきり肌寒くなり、秋の深まりを感じます。
風邪やインフルエンザ、感染症などが流行する時期になるので、手洗いをしっかりと行いましょう。
離乳食も旬の野菜を意識してとるようにしましょう。



・今月のおべんとうの日は9日(水)です。
よろしくお願いします。

～好き嫌いへの対応～

離乳食も9～11ヶ月頃になると、赤ちゃんにも食べ物の好みが出てきます。特に、はじめ一口にするものや食べ慣れていないものは、なかなか食べてくれません。

食べないからといって与えるのをあきらめるのではなく、調理法を変えたり、味つけを変えたりして、少しずつ与えてみると良いですね。でも、どうしても食べない場合は空腹でない場合もあります。ただただ続けるのではなく、20分ぐらいで切り上げるようにしましょう。

＜手づかみ食べについて＞



柔らかい物ばかりを与えたり、食べ物を細かくしすぎると、丸飲み、吸い食べのくせがついてしまいます。スティック状のものを用意し、手づかみで噛み切って食べる練習をしましょう。



日	月	火	水	木	金	土
		1 おかゆ 厚揚げのあんかけ じゃが芋の煮しめ スープ	2 おかゆ 焼き魚 春雨和え もやしのスープ	3 文化の日 お弁当	4 おかゆ 鶏ささみ煮 スティック野菜 スープ	5 お弁当
6	7 おかゆ 肉団子 ひじき煮 キャベツのスープ	8 おかゆ 豆腐ステーキ スティック野菜 スープ	9 おべんとうの日 	10 おかゆ 煮魚 フロッキー煮 スープ	11 誕生会 	12 お弁当
13	14 おかゆ 肉豆腐 さつまいもの煮しめ 具だくさんスープ	15 けんちんうどん 和え物 あらめ煮	16 おかゆ 焼き魚 じゃが芋の煮しめ スープ	17 おかゆ 鶏とほろ煮 おひたし 大根のスープ	18 スティックパン ハンバーグ 粉ふき芋 わかめスープ	19 お弁当
20	21 おかゆ 鶏ささみ煮 納豆和え じゃが芋のスープ	22 おかゆ 煮魚 おひたし 具だくさんスープ	23 勤労感謝の日 お弁当	24 おかゆ 厚揚げステーキ ひじき煮 さつまいものスープ	25 うどん 和え物 かぼちゃの煮しめ	26 お弁当
27	28 おかゆ マーボー豆腐 さつまいもの煮しめ スープ	29 おかゆ 肉じゃが おひたし かきたまスープ	30 おかゆ 焼き魚 かぼちゃの煮しめ 具だくさんスープ			