



離乳食だより

2024.4.1
ひらた西保育園

ご入園おめでとうございます

風も少しずつ暖かくなり、いよいよ保育園での新しい生活が始まりますね。

離乳食は赤ちゃんにとってお乳以外の生まれて初めての食事です。大人と同じ食事が食べられるようになるために、一人一人に合わせた離乳食をご家庭と連携をとりながら進めていきたいと思っております。どうぞ、よろしくお願い致します。



おしらせ

- 月に一度、(7,8月は食中毒予防の為にありません)おべんとうの日があります。子ども達が楽しみにしている手作りの離乳食弁当をお願いします。今月のおべんとうの日は**12日(金)**です。よろしく申し上げます。

・土曜日・日曜日・祝日を利用される方はおべんとうをお願いします。(お茶は保育園で用意します)

・毎日の離乳食を玄関に展示しています。大きさや量など参考にご覧くださいね。また、離乳食について何かあれば、気軽に声をかけてくださいね。

ひらた西保育園の離乳食は...

保育園では3回食になつてから離乳食を提供します

- 旬の食材をできるだけたくさん使い、月齢に合わせて食材を増やしていきます。
- 味付けは11ヶ月頃から少しずつ、素材の味を味わいます。
- 9~11ヶ月頃から手づかみ食べがしやすい大きさにしたり、スティック状の物を取り入れます。
- だしは主に昆布だしを使います。
- フルーツは1歳になってから出します。(りんご、梨、柿は1歳半頃から提供します)
- おやつは1歳になってから出します。(場合により、前後する事があります)



4月 離乳食献立表

日	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
	おかゆ 鶏ささみ煮 スティック野菜 さつまいものスープ	きつねうどん じゃが芋の煮しめ 和え物	おかゆ 焼き魚 大根の煮しめ もやしのスープ	おかゆ 厚揚げのあんかけ さつまいもの煮しめ スープ	おかゆ ハンバーグ じゃが芋の煮しめ 具だくさんスープ	お弁当
7	8	9	10	11	12	13
	おかゆ 鶏とほろ煮 さつまいもの煮しめ スープ	おかゆ 煮魚 マッシュポテト 大根のスープ	おかゆ マーボー豆腐 かぼちゃの煮しめ スープ	スティックパン 鶏ささみ煮 和え物 わかめスープ	おべんとうの日 	お弁当
14	15	16	17	18	19	20
	おかゆ 肉団子 ココロ煮 スープ	おかゆ 鶏ささみ煮 ひじき煮 スープ	誕生会 	おかゆ 豆腐ステーキ フロッコリー煮 かきたまスープ	おかゆ 鶏とほろ煮 納豆和え 具だくさんスープ	お弁当
21	22	23	24	25	26	27
	おかゆ 鶏とほろ煮 切干煮 スープ	おかゆ 厚揚げステーキ じゃが芋の煮しめ スープ	おかゆ 焼き魚 和え物 スープ	おかゆ 肉豆腐 あらめ煮 じゃが芋のスープ	煮込みうどん じゃが芋の煮しめ おひたし	お弁当
28	29	30				
	昭和の日 お弁当	おかゆ 鶏とほろ煮 かぼちゃの煮しめ キャベツのスープ				

- ※ はちみつ、黒砂糖は、乳児ポツリ又ス症を発症するおそれがありますので、満1歳までは食べさせないようにしましょう。
- ※ いか、たこ、えび、かに、貝類などは、1歳を過ぎ2からが良いですね。
- ※ 飲用の牛乳は1歳を過ぎ2から進めましょう。