



離乳食だより

2024.11.1
ひらた西保育園

朝夕すっかり肌寒くなり、秋の深まりを感じますね。
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5日(火)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2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、味付けを変えたりして、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。だらだら続けるのではなく、20分く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。



11月 離乳食献立表

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