



離乳食だより

2025.8.1
ひらた西保育園

厳しい暑さが続いていますね。水分補給をこまめにとり、
元気に過ごしましょう。

離乳食も体調に合わせて進めていきましょうね。



- ・今月はお弁当の日はありません。
9月からよろしくお願いします。
- ・8/13～8/15は希望保育です。
お弁当(離乳食)持参でお願いします。

～注意する食材～

- ・はちみつ、黒砂糖は、乳児ボツリヌ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、固く噛み切れない食材なので、2歳を過ぎたらが良いです。
- ・アレルギーを起こしやすい要注意7品目

卵、乳、小麦、そば、落花生、えび、かに

↓
飲み物として牛乳を与える場合は1歳を過ぎたらにしましょう。

初めて与える時は、7ヶ月頃に固ゆでの卵黄を1/4、ゆるいペースト状にして少しずつ与えます。
慣れてきたら、8ヶ月頃に卵黄1個、9ヶ月くらいには全卵1/3個、
10ヶ月以降には全卵1/2個、完了期には全卵1個食べることが
できます。



日	月	火	水	木	金	土
					1 おかゆ 鶏ささみ煮 ひじき煮 冬瓜スープ	2 夏まつり
3	4 おかゆ 肉団子 納豆和え おくらのスープ	5 おかゆ 鶏とほろ煮 さつまいもの煮しめ スープ	6 おかゆ 煮魚 かぼちゃの煮しめ 具たくさんスープ	7 おかゆ 鶏ささみ煮 和え物 スープ	8 おかゆ 豆腐和え 春雨和え さつまいものスープ	9 お弁当
10	11 山の日 お弁当	12 おかゆ 肉豆腐 和え物 スープ	13 希望保育 お弁当	14 希望保育 お弁当	15 希望保育 お弁当	16 お弁当
17	18 おかゆ 肉団子 さつまいもの煮しめ 具たくさんスープ	19 おかゆ 鶏とほろ煮 かぼちゃの煮しめ スープ	20 おかゆ 鶏ささみ煮 じゃが芋の煮しめ キャベツのスープ	21 おかゆ 焼き魚 さつまいもの煮しめ スープ	22 おかゆ マーボー豆腐 ひじき煮 スープ	23 お弁当
24	25 おかゆ ハンバーグ おひたし なすのスープ	26 おかゆ 煮魚 じゃが芋の煮しめ かきたまスープ	27 おかゆ 厚揚げあんかけ さつまいもの煮しめ もやしのスープ	28 おかゆ つくね焼き 切干煮 わかめスープ	29 おかゆ 鶏ささみ煮 さつまいもの煮しめ スープ	30 お弁当
31						