



# 離乳食だより

2025.11.1  
ひらた西保育園

朝夕す、かり肌寒くなりましたね。  
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7日(金)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。だらだら続けるのではなく、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、食べ物をこまかくしすぎると、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、食べる練習をしましょう。



日	月	火	水	木	金	土
						1 お弁当
2	3 文化の日 お弁当	4 おかゆ マーボー豆腐 ひじき煮 スープ	5 おかゆ 焼き魚 さつまいもの煮しめ 具だくさんスープ	6 おかゆ 肉団子 和え物 きのこスープ	7 おべんとうの日 お弁当	8 お弁当
9	10 おかゆ ハンバーグ 春雨和え 大根のスープ	11 おかゆ 鶏とほろ煮 さつまいもの煮しめ スープ	12 おかゆ 厚揚げ煮 和え物 スープ	13 おかゆ 煮魚 フロッコリー煮 具だくさんスープ	14 おかゆ 鶏とほろ煮 納豆和え さつまいものスープ	15 お弁当
16	17 おかゆ 鶏ささみ煮 和え物 スープ	18 おかゆ 焼き魚 納豆和え 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 肉豆腐 ひじき煮 かぶのスープ	21 おかゆ 鶏とほろ煮 スティック野菜 スープ	22 お弁当
23 勤労感謝の日 お弁当	24 振替休日 お弁当	25 おかゆ 鶏ささみ煮 かぼちゃの煮しめ 具だくさんスープ	26 おかゆ つくね焼き スティック野菜 野菜スープ	27 おかゆ 厚揚げのあんかけ おひたし じゃが芋のスープ	28 おかゆ 煮魚 さつまいもの煮しめ スープ	29 お弁当
30						