

メニュー		
1	火	軟飯・肉じゃが・バナナ
2	水	軟飯・鶏肉の照り焼き・キャベツの味噌汁
3	木	軟飯・ブロッコリーのサラダ・豆腐のすまし汁
4	金	✿入園式✿
5	土	
6	日	
7	月	軟飯・鶏肉の肉じゃが・麩のすまし汁
8	火	軟飯・小松菜の和え物・キャベツのミルクスープ
9	水	軟飯・しらす和え・じゃがいもの味噌汁
10	木	軟飯・青菜の和え物・豆腐の味噌汁
11	金	軟飯・ブロッコリーのサラダ・煮込みうどん
12	土	
13	日	
14	月	軟飯・じゃがいもの煮付け・キャベツの味噌汁
15	火	軟飯・煮魚・根菜の味噌汁
16	水	軟飯・ポテトサラダ・大根の味噌汁
17	木	軟飯・煮魚・豆腐のスープ
18	金	軟飯・キャベツのツナサラダ・人参のスープ
19	土	
20	日	
21	月	軟飯・鮭のムニエル・ほうれん草の味噌汁
22	火	軟飯・豆腐ナゲット・大根と人参の味噌汁
23	水	軟飯・キャベツのサラダ・貝たくさん汁
24	木	軟飯・豆腐サラダ・ほうれん草のスープ
25	金	軟飯・鶏肉と小松菜の煮物・じゃがいもと麩の味噌汁
26	土	
27	日	
28	月	軟飯・キャベツのごま和え・かぼちゃの味噌汁
29	火	
30	水	軟飯・鶏肉のあんかけ・小松菜のすまし汁

あそび食べにはどう対応する？

食べる気がなくなり、食べ物をおもちゃにしてしまう「あそび食べ」。子どもがある程度は自分で食べたら、残りは介助しながら与えましょう。顔をそむけたり、イヤイヤをしたりしたら、ごちそうさまのサイン。早めに切り上げるようにします。



咀嚼力UPには運動も大切！



柔らかい物が増える傾向にある現代の食事。「丸飲み」や「噛みずみずみ」に出してしまう」といった悩みも乳児期に多く聞かれます。食べ物を噛む力＝咀嚼力の発達には、寝返り、はいはい、あんよなど、全身を大きく動かす運動が関係しています。離乳食が始まったら、ぜひ担当の保育者にご相談いただき、赤ちゃんの運動機能の発達を家庭と園とで確認しながら進めていきましょう。

