



12月

手づかみ食について

手づかみには個人差があります。

中期食の頃は手がでて、それを食べ物と認識していない事がほとんどです。後期食から完了食の移行の頃になると、調理形態も手づかみやすくなります。

手づかみ食べは自分で食べようとする意欲の表れです。食欲は本能ですから、自分から食べようとする意欲は生きようとする力の表れであるといえるかもしれません。

目で見て手をつかんで口に運ぶという行動は、目と手、手と口の協応動作ができていないとうまくいきません。子どもは毎日の食事の中でこの動作を繰り返すことで、食べ物と口までの距離を学びます。そして指で食べ物にふれ、そのかたさや温度を知り、指先でつまむ力加減なども学びます。充分に手づかみを経験すると上手に食具を使えるようになります。

離乳食献立表

2024年 12月 こぐま保育園 給食室

		前期食 AM10:00 (ミルク 150cc)	中期食		後期前半食	
			AM10:30(ミルク 150cc)	PM2:30 (ミルク 100cc)	AM10:30 (ミルク 150cc)	PM 2:30 (ミルク 100cc)
2 16	月	つぶし粥 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 さつまいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鮭の野菜煮 大根の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 さつまいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し
3 17	火	つぶし粥 味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 さつまいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 さつまいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 さつまいもの煮物 チンゲン菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し 南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
4 18	水	つぶし粥 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 茄子の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 冬瓜の煮物 ブロッコリーの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 茄子の煮物 かぶ(葉先)の煮浸し
5 19	木	つぶし粥 味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 じゃがいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 じゃがいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 人参の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
6 20	金	つぶし粥 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 南瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) いさきの煮物 冬瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) いさきの煮物 冬瓜の煮物 大根(葉先)の煮浸し
7 21	土	つぶし粥 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 さつまいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 さつまいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根と人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 さつまいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根と人参の煮物 キャベツ(葉先)の煮浸し
9 23	月	つぶし粥 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 人参の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 茄子の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鮭の煮物 人参の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 茄子の煮物 かぶ(葉先)の煮浸し
10 24	火	つぶし粥 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 南瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 冬瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 南瓜の煮物 白菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 冬瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
11 25	水	つぶし粥 味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の味噌煮 じゃがいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し 大根の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の味噌煮 じゃがいもの煮物 ブロッコリーの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいのホイル蒸し 大根の煮物 チンゲンサイ(葉先)の煮浸し
12 26	木	つぶし粥 味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 人参マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐のおろし煮 さつまいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豚肉団子 大根の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐のおろし煮 さつまいもの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
13 27	金	つぶし粥 味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 南瓜マッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 南瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) かれいの煮物 かぶの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 南瓜の煮物 チンゲン菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれいの煮物 かぶの煮物 キャベツ(葉先)の煮浸し
14 28	土	つぶし粥 味噌汁(具なし) かれいのトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ 味噌汁(具なし) かれいの煮物 じゃがいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 じゃがいもの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 人参の煮物 大根(葉先)の煮浸し

行事、材料の都合などにより献立変更をする事がありますのでご了承ください。