



離乳食献立表

2025年 2月 こぐま保育園 給食室

食行動の発達について

首がすわり、お座りができるようになると、嚥下や咀嚼に使われる口の周りの筋肉が協調して動きやすくなります。

手指の運動機能が発達することによって、上手に自分の手やスプーンを使えるようになります。

また、口の容積が広がることで、舌が食べ物を処理するためのいろいろな動きをしやすくなり、乳歯が生えてくることで、前歯でかみ切り、奥歯ですりつぶすという歯を使った咀嚼の動きが獲得されてきます。

このような食べる機能の発達とともに、食べる意欲もでてきて自食行動が発達します。社会性の発達にともなって周囲の大人や子どもたちの食べ方を真似したり教わったりしながら、食事のマナーや食器・食具の使い方を覚えていきます。

		中期食		後期前半食	
		AM10:30 (ミルク 160cc)	PM 2:30 (ミルク 160cc)	AM10:30 (ミルク 100cc)	PM 2:30 (ミルク 100cc)
3 17	月	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 かぶの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 大根の煮物 チンゲン菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれの煮物 かぶの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
4 18	火	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 松前蒸し 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) かれの煮物 粉ふき芋 大根(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 冬瓜の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し
5 19	水	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 人参の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐のひき肉あんかけ 南瓜の煮物 キャベツの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれの煮物 人参の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
6 20	木	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 冬瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 さつまいもの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 冬瓜の煮物 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 大根(葉先)の煮浸し
7 21	金	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 大根と人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鮭の煮物 大根と人参の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれの煮物 大根の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
8 22	土	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 じゃが芋の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 じゃが芋の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し
10	月	おかゆ 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 大根と人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 松前蒸し 南瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 大根と人参の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 松前蒸し 南瓜の煮物 かぶ(葉先)の煮浸し
25	火	おかゆ 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 じゃがいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 大根の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 じゃが芋の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 大根の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
12 26	水	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 大根の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 かぶの煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鶏肉団子 大根の煮物 キャベツの煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の味噌煮 かぶの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し
13 27	木	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 南瓜の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれのホイル蒸し じゃが芋の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 南瓜の煮物 大根(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれのホイル蒸し じゃが芋の煮物 キャベツの煮浸し
14 28	金	おかゆ 味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物 さつまいもの煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 茄子の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 さつまいもの煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 茄子の煮物 チンゲン菜(葉先)の煮浸し
15	土	おかゆ 味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 人参の煮物	おかゆ 味噌汁(具なし) かれの煮物 冬瓜の煮物	硬粥 味噌汁(具なし) 鱈の煮物 人参の煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥 味噌汁(具なし) かれの煮物 冬瓜の煮物 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。