

体調が悪い時の離乳食

下痢の時・・・赤ちゃんの下痢は様々な原因が考えられます。

その原因によって、食事の対応も変わっていきます。いずれの症状にしても脱水症状を起こしやすくなっていますので、白湯・麦茶などで水分補給をします。

また、脂肪分の多いもの・食物繊維を多く含むものは避け、消化のよいものを与えます。

また、最近では一過性の乳糖不耐症の場合も増えています。
牛乳や乳製品を控え、お医者さんに相談してください。



離乳食献立表

２０２６年 １１月　こぐま保育園　給食室

		前期食	中期食		後期前半食	
		AM10:00 （ミルク 160cc）	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）
2 16 30	月	つぶし粥　味噌汁(具なし) 豆腐のトロトロ煮 人参もマッシュ	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) かれいのホイル蒸し 南瓜の煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐のひき肉あんかけ　人参の煮物 小松菜(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 チンゲン菜（葉先）の煮浸し
17	火	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 大根の煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 人参の煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 鶏肉団子　大根の煮物 ブロッコリーの煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物　人参の煮物 ほうれん草の煮浸し
4 18	水	つぶし粥　味噌汁(具なし) 鰆のトロトロ煮 じゃがいもマッシュ	おかゆ　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) 松前蒸し 大根の煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物　じゃがいもの煮物 チンゲン菜（葉先）の煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 松前蒸し　大根の煮物 キャベツの煮浸し
5 19	木	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 南瓜の煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 鮭の煮物　南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物　じゃがいもの煮物 かぶ(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 人参マッシュ	おかゆ　　味噌汁(具なし) 豆腐のおろし煮 かぶの煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) 鰆の煮物 大根の煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 鶏肉団子　　かぶの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 鰆の煮物　大根の煮物 ブロッコリーの煮浸し
7 21	土	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	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) 鮭の煮物　　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) 豆腐の煮物　　さつまいもの煮物 小松菜(葉先)の煮浸し
9	月	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	おかゆ　　味噌汁(具なし) 松前蒸し かぶの煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 鮭の煮物　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) 松前蒸し　　かぶの煮物 キャベツの煮浸し
10 24	火	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 人参の煮物	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) 豆腐のひき肉あんかけ　人参の煮物 キャベツ(葉先)の煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物　南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し
11 25	水	つぶし粥　味噌汁(具なし) 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) かれいのホイル蒸し じゃがいもの煮物	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) かれいのホイル蒸し　じゃがいもの煮物 小松菜（葉先）の煮浸	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
12 26	木	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) 豆腐のおろし煮 南瓜の煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) かれいの味噌煮 人参の煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物　南瓜の煮物 ほうれん草(葉先)煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) かれいの味噌煮　　人参の煮物 ブロッコリーの煮浸し
13 27	金	つぶし粥　味噌汁(具なし) 金目鯛のトロトロ煮 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	おかゆ　　味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 かぶの煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 金目鯛の煮物　　さつまいもの煮物 ブロッコリーの煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 白身魚のフワフワ団子 かぶの煮物　ほうれん草(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 人参マッシュ	おかゆ　　味噌汁(具なし) かれいの煮物 人参の煮物	おかゆ　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物 じゃがいもの煮物	硬粥　　味噌汁(具なし) 鶏肉団子　　人参の煮物 ほうれん草(葉先)の煮浸し	硬粥　　味噌汁(具なし) 豆腐の煮物　じゃがいもの煮物 キャベツの煮浸し

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。