



5月 離乳食だより

日	曜日	午前のおやつ 離乳完了期 ばくばく期 12~18か月頃	食			午後のおやつ 離乳完了期 ばくばく期 12~18か月頃	
			主 食				副 食（後期・完了期） 主菜・副菜
			離乳初期 こっくん期 5.6か月頃	離乳中期 もぐもぐ期 7.8か月頃	離乳後期 かみかみ期 9~11か月頃		
1	金	菓子	つぶし粥 粉ミルク	7倍粥 粉ミルク	全粥 粉ミルク	スパゲッティのやわらか煮 粉ふきいも 農家のスープ	菓子
2	土						
4	祝					みどりの日	
5	祝					こどもの日	
6	祝					振替休日	
7	木	菓子	//	//	//	豆腐のそぼろ煮 ブロッコリー 春雨スープ	菓子
8	金	菓子	//	//	//	かぼちゃのうま煮 人参スティック 小松菜のみそ汁	菓子
9	土						
11	月	菓子	//	//	//	煮魚 キャベツのやわらか煮 かぼちゃのみそ汁	菓子
12	火	菓子	//	//	//	肉団子 マカロニのうま煮 大根のみそ汁	菓子
13	水	菓子	//	//	//	五目ビーフン オレンジ 豆腐のスープ	菓子
14	木	菓子	//	//	//	じゃがいものそぼろ煮 ブロッコリー わかめのみそ汁	菓子
15	金	菓子	//	//	//	ツナとかぼちゃの煮物 スティックきゅうり コロコロ野菜スープ	菓子
16	土						
18	月	菓子	//	//	//	マーボー豆腐風煮 粉ふきいも わかめスープ	菓子
19	火	菓子	//	//	//	煮魚 鮎とキャベツ煮 ほうれん草の豆乳スープ	菓子
20	水	菓子	//	//	//	ハンバーグ パナナ キャベツのみそ汁	菓子
21	木	菓子	//	//	//	おやき スティックきゅうり すまし汁	菓子
22	金	菓子	//	//	//	春雨のやわらか煮 さつまいも煮 ほうれん草のスープ	菓子
23	土						
25	月	菓子	//	//	//	煮魚 キャベツと人参煮 ワンタンスープ	菓子
26	火	菓子	//	//	//	高野豆腐煮 ほうれん草の煮びたし 豚汁	菓子
27	水	菓子	//	//	//	鶏団子 きゅうりのあんかけ 玉ねぎのみそ汁	菓子
28	木	菓子	//	//	//	豆腐ハンバーグ ブロッコリー 白菜スープ	菓子
29	金	菓子	//	//	//	里芋のそぼろ煮 パナナ けんちん汁	菓子
30	土						

※食事やおやつ摂取状況に応じて、粉ミルクを補っています。
 ※月齢は目安です。お子さんの発達状況に合わせて、食事・おやつを進めています。
 ※一人ひとりの食欲や成長に合わせて、楽しくおいしく食事ができるように心がけています。
 ※都合により献立を変更することがあります。

離乳食とお口の関係 ~お子さんの食べている様子を見てみましょう~

離乳食を進める時は、月齢ばかりを追いかけるのではなく、お子さんの口の動きを見てあげましょう。唇の動きや、舌の使い方は離乳食の「硬さ」や「大きさ」を決めるポイントになります。下記のような段階を経て上手に食べられるようになります。

