令和6 年 2 月 0歳児予定献立表

佐倉市役所こども保育課

日	曜日	昼　　食	午　後 おやつ	主な材料	日	曜日	昼　　食	午　後 おやつ	主な材料
1	木	かゆ　コールスロー 豆腐のつくね焼き 味噌汁（小松菜・葱）	ウエハース ベビーせん	米 豆腐 鶏肉 玉葱 パン粉 油 砂糖 片栗粉　胡瓜 味噌 ｷｬﾍﾞﾂ 小松菜 葱	16	金	かゆ　鶏そぼろ 胡麻酢和え 味噌汁（玉葱・水菜）	ベビーせん ビスケット	米 鶏肉 砂糖 人参 法蓮草　ごま　玉葱 水菜　味噌
2	金	かゆ　ビーフン煮 煮込みハンバーグ 蕪のスープ	りんご寒天	米 豚肉 玉葱 豆乳 パン粉　ピーマン 人参 ビーフン 蕪 林檎ジュース 砂糖	17	土	五目うどん ヨーグルト		うどん　鶏肉 人参 水菜 法蓮草 玉葱 ヨーグルト
3	土	煮そうめん 棒チーズ		素麺　人参　玉葱 鶏卵　鰹節　チーズ	19	月	煮込みスパゲティ ポパイポテトサラダ キャベツスープ	おかかがゆ	スパゲティ 豚肉 玉葱 人参 チーズ じゃが芋　法蓮草 ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ 米 キャベツ　鰹節
5	月	かゆ　和え物 豆腐の味噌チーズ焼き 味噌汁（青梗菜・人参）	豆乳 くずもち	米 豆腐 玉葱 人参 砂糖 味噌 チーズ もやし 胡瓜 青梗菜 豆乳 片栗粉 きな粉	20	火	かゆ　おかか和え 豆腐と鶏肉の味噌煮 澄し汁（白菜）	蒸かし芋	米　豆腐　鶏肉　葱 人参　砂糖　味噌 小松菜　鰹節　白菜 薩摩芋
6	火	かゆ　サラダ 肉と野菜の炒め煮 味噌汁（小松菜・麩）	バナナ ビスケット	米 人参 玉葱 鶏肉 砂糖 片栗粉 油 胡瓜　麩 小松菜 味噌　バナナ	21	水	二色がゆ ツナと野菜のごま和え 味噌汁（豆腐・若布）	煮込み うどん	米 人参 鶏肉 砂糖 法蓮草 ｷｬﾍﾞﾂ ﾂﾅ ごま 豆腐 若布 味噌 鰹節 うどん 小松菜
7	水	かゆ　卵焼き 胡麻酢和え 澄し汁(玉葱・水菜)	薩摩芋入り 米粉蒸しパン	米 鶏卵 豚肉 人参 油 砂糖 法蓮草 ごま　玉葱　水菜 薩摩芋　米粉　豆乳	22	木	かゆ 魚のオーブン焼き 法蓮草のソテー 沢煮椀	バナナ ビスケット	米 からすがれい 油 玉葱 人参 味噌 鶏肉 ﾉﾝｴｯｸﾞ ﾏﾖﾈｰｽﾞ　大根 法蓮草 水菜 バナナ
8	木	パンがゆ 魚のムニエル グリーンサラダ カラフルスープ	クリームサンド ビスケット ベビーせん	パン からすがれい 小麦粉　油　胡瓜 ｷｬﾍﾞﾂ 人参 玉葱 じゃが芋 パセリ	24	土	おじや 型抜きチーズ		米　人参　玉葱 じゃが芋　鰹節 チーズ
9	金	かゆ クリームシチュー しらす和え	フルーツ ヨーグルト	米 じゃが芋 玉葱 人参 豚肉 小麦粉 牛乳 ﾊﾞﾀｰ 小松菜 ちりめんじゃこ ﾊﾞﾅﾅ みかん ﾖｰｸﾞﾙﾄ	26	月	かゆ　小松菜のスープ カラフルハンバーグ リヨネーズポテト	ぽんかん ベビーせん	米 豚肉 玉葱 人参 ピーマン 牛乳 油 パン粉　じゃが芋 小松菜　ぽんかん
10	土	芋がゆ オレンジ		米　じゃが芋 人参 玉葱　鰹節 オレンジ	27	火	パンがゆ マカロニシチュー フレンチサラダ	クリーミー 大学いも	ﾊﾟﾝ ﾏｶﾛﾆ 油 鶏肉 玉葱 人参 小麦粉 ﾊﾞﾀｰ　牛乳 ﾁｰｽﾞ 胡瓜 ｷｬﾍﾞﾂ 薩摩芋 ﾏｼｭﾏﾛ 豆乳
13	火	かゆ　マーボー豆腐 ナムル 澄し汁（人参・葱）	バナナ ケーキ	米　豆腐　豚肉　葱 人参 味噌　砂糖　片栗粉 法蓮草　もやし ごま油　ﾊﾞﾅﾅ ﾊﾞﾀｰ 牛乳　ﾎｯﾄｹｰｷﾐｯｸｽ	28	水	かゆ　魚のみぞれ煮 キャロットサラダ 味噌汁（白菜）	動物 ビスケット ベビーせん	米　からすがれい 小麦粉　油　大根 砂糖　ｷｬﾍﾞﾂ　人参 鶏肉　白菜　味噌
14	水	かゆ　肉だんご煮 スパゲティサラダ 青梗菜のスープ	いよかん ベビーせん	米　鶏肉　玉葱 パン粉 砂糖 人参 スパゲティ　油 青梗菜　いよかん	29	木	しらすがゆ　ひじき煮 豆腐入りの肉団子スープ	手作り クッキー ベビーせん	ちりめんじゃこ 米 人参　ひじき　砂糖 鶏肉　豆腐　玉葱 パン粉　もやし 牛乳 ｷｬﾍﾞﾂ 小麦粉 バター
15	木	かゆ 鮪と大根の炒り煮 白菜の和え物 味噌汁（小松菜・葱）	シュガー トースト	米 めかじき 大根 砂糖 油 白菜 胡瓜 人参　小松菜　葱 味噌 パン　バター					

※献立の一部を変更することもありますのでご了承ください。
※午後おやつは上記の献立以外に6ヶ月から12ヶ月は調整粉乳がつきます。
※保育園の給食で使用している食材は、家庭で食べていることが前提で使用しています。
　食べた事のない食材がありましたら、栄養士に相談しながら少量ずつ食べさせてみましょう。

～「自分で食べたい」という姿がみられるようになったら～

　離乳食も後半になってくると、大人が持っているスプーンに手を出したり、手づかみで口に運ぼうとしたり、自分で食べたい意欲が盛んになってきます。食事が進まないことやテーブルや衣服が汚れたりと大変ですね。この時期は手づかみ食べを中心に感覚の経験をしています。テーブルの下に新聞紙などを敷くなど対策をし、お子さんの食べ物に対する興味や食べたい気持ちを十分に引き出してあげましょう。
　また生活リズムの見直しや楽しい食事の雰囲気作りを大切にしていきましょう。