

～食材本来の味を大切に～



離乳期後半になってくると、だんだんと大人の食事に近いものが食べられるようになり、メニューの幅も広がってくる頃です。しかし赤ちゃんの内臓機能はまだまだ未熟なので、大人と同じ味付けでは幼い体に負担がかかってしまいます。幼い頃から濃い味に慣れてしまわないように、だしのきいた煮物やおひたしなど、食材の持ち味を生かした食材本来の味を教えましょう。



## おしらせ

先日他県の幼稚園で、給食に出されたぶどうをのどに詰まらせるという、命にかかわる重大な事故が発生しました。

当園でも子どもたちに、旬の食材のおいしさを知らせたくて季節ごとにフルーツのデザートメニューに取り入れています。この報道を受け改めて園全体で、食に関する安全対策について確認しました。

- 年齢や個人差に十分に配慮し、食材を小さくする。
- 全クラスを通して職員の見配りを徹底し、大きいクラスでは子どもたち自身への安全教育も並行して行う。
- 昔に比べ子どもの租借力が弱くなっているため、「もぐもぐ」「かみかみ」など、離乳食期からの食育を大事にし、安全に美味しく食べる力をつける。

※ご家庭でもお子さんの食べ方について様子を見てあげて下さいね。

## ☆☆さつまいもを使ったメニュー☆☆

### さつまいものそぼろ煮（7、8か月頃）

（材料）  
 さつまいも・・・30g  
 にんじん・・・5g  
 豚ひき肉・・・5g  
 だし汁・・・適量  
 片栗粉・・・適量

（作り方）  
 ①さつまいもは皮を取り2cm角に切ってゆでる。  
 ②鍋にすりおろしたにんじんとひき肉、だし汁を入れて、ひき肉をほぐし火が通ったら、水溶き片栗粉を加えてとろみをつける。  
 ③②をさつまいもにかける。

### さつまいものおやき（12～18か月頃）

（材料）  
 さつまいも・・・30g  
 にんじん・・・5g  
 粉チーズ・・・5g  
 片栗粉・・・8g  
 油・・・適量

（作り方）  
 ①さつまいもは皮を取り小さめに切り、にんじんも同じように切り一緒にゆでる。  
 ②ボウルに①と粉チーズ、片栗粉を入れてよく混ぜる。（①はつぶす）  
 ③②を食べやすい大きさに丸めて、サラダ油を入れて熱したフライパンに並べて両面を焼く。



- ※材料、行事等で献立を変更する場合があります。
- ※月齢や離乳食の進み方で分量や硬さ食材の大きさを調整しています。
- ※味は付けず、食材のうま味を活かして作っています。

日	7、8か月	9～11か月	日	7、8か月	9～11か月
1 (木)	お粥 キャベツのそぼろ煮 きゅうりとミニトマトの やわらか煮 豆腐のスープ	軟飯 キャベツ入り鶏つくね きゅうりとミニトマトのサ ラダ スティック野菜煮 豆腐のみそ汁	16 (金)	お粥 野菜のそぼろ煮 小松菜の煮浸し かぼちゃのスープ	軟飯 きのこつくね 小松菜のお浸し スティック野菜煮 人参のみそ汁
2 (金)	お粥 白身魚のほぐし煮 大根のくずし煮 白菜のスープ	軟飯 鮭の煮付け 大根サラダ スティック野菜煮 白菜のみそ汁	19 (月)	豆乳煮込みうどん ブロッコリーのくずし煮 ミニトマト	豆乳煮込みうどん ブロッコリー-サ ラダ ミニトマト
5 (月)	お粥 ささみのあんかけ煮 キャベツの煮浸し かぼちゃのスープ	軟飯 ささみのあんかけ煮 キャベツのお浸し スティック野菜煮 かぼちゃのみそ汁	20 (火)	お粥 白身魚のほぐし煮 人参のおかか煮 野菜スープ	軟飯 魚の煮付け そうめんサラダ スティック野菜煮 野菜スープ
6 (火)	お粥 白身魚の人参り- 納豆のとろとろ煮 玉ねぎのスープ	軟飯 魚の人参り- 納豆和え スティック野菜煮 玉ねぎのみそ汁	21 (水)	お粥 おからのそぼろ煮 ほうれん草の煮浸し 大根のスープ	軟飯 おから入りつくね ほうれん草のお浸し スティック野菜煮 大根のみそ汁
7 (水)	お粥 白身魚のあんかけ煮 おからとキャベツの 煮浸し ブロッコリーのスープ	軟飯 魚の煮付け おからサラダ スティック野菜煮 わかめのみそ汁	22 (木)	お粥 ささみとさつまいもの マッシュ キャベツの煮浸し 玉ねぎのスープ	軟飯 ささみとさつまいも煮 キャベツのお浸し スティック野菜煮 玉ねぎのみそ汁
8 (木)	ふわふわおじゃ きゅうりと人参の くずし煮 じゃがいものマッシュ	ふわふわ丼 コロコロサラダ 粉ふき芋	23 (金)	お粥 白身魚のトマト煮 キャベツの煮浸し 麩のスープ	軟飯 魚のトマト煮 キャベツのサラダ スティック野菜煮 麩のみそ汁
9 (金)	お粥 ささみと高野豆腐の やわらか煮 きゅうりと人参の くずし煮 ほうれん草のスープ	軟飯 ささみと高野豆腐の やわらか煮 きゅうりと人参の サラダ スティック野菜煮 ほうれん草のみそ汁	26 (月)	お粥 ささみの豆乳煮 チゲ野菜と麩の煮浸し さつまいもスープ	軟飯 ささみの豆乳煮 チゲ野菜と麩のお浸し スティック野菜煮 さつまいものみそ汁
12 (月)	お粥 ささみのおろし煮 ブロッコリーのくずし煮 高野豆腐のスープ	軟飯 ささみのおろし煮 ブロッコリー-サ ラダ スティック野菜煮 高野豆腐のみそ汁	27 (火)	パン粥 ささみとじゃが芋のマッシュ 小松菜の煮浸し 豆腐のスープ	食パン ささみとじゃが芋の煮物 グリーンサラダ スティック野菜煮 豆腐のスープ
13 (火)	お粥 白身魚のほぐし煮 小松菜の煮浸し 豆腐のスープ	軟飯 魚の煮付け 小松菜のお浸し スティック野菜煮 豆腐のみそ汁	28 (水)	お粥 白身魚のおろし煮 ほうれん草の白和え 玉ねぎのスープ	軟飯 魚のおろし煮 ほうれん草の白和え スティック野菜煮 玉ねぎのみそ汁
14 (水)	お粥 ささみと納豆の とろとろ煮 大根のくずし煮 麩のスープ	軟飯 ささみと納豆の とろとろ煮 大根の煮物 麩のみそ汁	29 (木)	納豆おじゃ ささみのほぐし煮 大根ときゅうりの くずし煮 里芋のスープ	納豆ごはん ささみの煮付け 大根ときゅうりのサ ラダ スティック野菜煮 里芋のみそ汁
15 (木)	<b>お弁当の日</b>		30 (金)	お粥 白身魚のあんかけ煮 小松菜の煮浸し 豆腐のスープ	軟飯 魚のあんかけ煮 ひじきのやわらか煮 スティック野菜煮 豆腐のみそ汁