

8月 離乳食献立表(後期食)

学校法人里中山学園
認定 龍澤寺こども園
(令和4年8月1日～8月31日)

日	曜日	午前 おやつ	昼 食	午後 おやつ
1	月	ビスケット	軟飯・みそ汁・焼き魚・ほうれん草のおかか和え	おにぎり
2	火	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・そぼろ煮・ひじき煮	食パン
3	水	赤ちゃんせんべい	軟飯・みそ汁・焼き魚・根菜煮	小松菜とバナナのホットケーキ
4	木	ウエハース	軟飯・みそ汁・豆腐ハンバーグ・ひじき煮	おにぎり
5	金	ビスケット	軟飯・みそ汁・ブロッコリーのしらす煮・スティック野菜	ほうれん草蒸しパン
6	土	赤ちゃんせんべい	野菜うどん・果物	ウエハース
8	月	ウエハース	軟飯・みそ汁・焼き魚・根菜煮	うどん
9	火	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・そぼろ煮・ほうれん草のツナ和え	果物
10	水	ビスケット	軟飯・みそ汁・南瓜のおやき・高野豆腐の煮物	ホットケーキ
12	金	赤ちゃんせんべい	野菜うどん・果物	ビスケット
13	土	ウエハース	お弁当	赤ちゃんせんべい
15	月	ビスケット	お弁当	ウエハース
16	火	赤ちゃんせんべい	お弁当	ビスケット
17	水	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・煮魚・ほうれん草の海苔和え	ホットケーキ
18	木	ウエハース	野菜うどん・果物	ひじきおにぎり
19	金	ビスケット	にんじんご飯・みそ汁・焼き魚・根菜煮	南瓜ケーキ
20	土	赤ちゃんせんべい	軟飯・みそ汁・豆腐のそぼろ煮・小松菜のしらす和え	ウエハース
22	月	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・焼き魚・スティック野菜	お好み焼き
23	火	ビスケット	軟飯・みそ汁・じゃが芋のそぼろ煮・おかか煮	しらすパン
24	水	ウエハース	軟飯・みそ汁・煮魚・小松菜煮びたし	チーズ入りホットケーキ
25	木	赤ちゃんせんべい	軟飯・みそ汁・豆腐の煮物・南瓜煮	ビスケット
26	金	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・ほうれん草の納豆和え・スティック野菜	おにぎり
27	土	赤ちゃんせんべい	野菜うどん・果物	ウエハース
29	月	ビスケット	軟飯・みそ汁・しらす煮・ひじき煮	さつま芋煮
30	火	ウエハース	軟飯・みそ汁・豆腐ハンバーグ・ブロッコリーサラダ	蒸しパン
31	水	たまごボーロ	軟飯・みそ汁・焼き魚・根菜煮	小松菜のおにぎり

★離乳食について(目安ですので成長にあった段階で進めましょう)

9～11ヶ月頃 (後期食)

歯ぐきでつぶせる固さ

(完熟バナナくらいの固さ)

慣れてきた11ヶ月頃には完熟バナナよりやや硬めの5mm角程度のものが食べられるようになります。



つかみ食べが
始まります



スティック状にすると持ちやすく、かじり取りの練習になります。

12～16ヶ月頃 (完了期)

歯ぐきで噛める固さ

(肉団子くらいの固さ)

噛む力を付けたい時期です。食材は角切りだけではなく、薄い輪切りや乱切りなど、様々な形に切ると、前歯でかじり取ったり、奥歯で噛む練習になります。

スプーンやフォークに興味を示し、自分で持つようになります。



