



後期食 🍓 カミカミ期/2025

キッズルームこっこ保育園

日	曜	給食	おやつ	お試しください
2	月	ケチャップスパゲティ、ポテトサラダ、野菜スープ、オレンジ	鮭ミニおにぎり	スパゲティ
3	火	軟飯、なすのそぼろ炒め、春雨サラダ、ワントンスープ、バナナ	リンゴパン	春雨
4	水	軟飯、かじきの味噌焼き、キャベツおかか和え、スープ、バナナ	野菜ビーフン	ビーフン
5	木	軟飯、鶏肉照焼き、大根ツナサラダ、納豆スープ	キャベツ焼き	
6	金	スティックパン、チーズマカロニ、豆乳スープ	しらす雑炊	

スパゲティは、コシが強いので表示時間よりも長めにゆでましょう。サラダ用や細い麺のものがおすすめです。

9	月	野菜うどん、チーズ、小松菜和え物、バナナ	ミニおにぎり	
10	火	軟飯、鮭みそ焼き、大根煮物、豆腐スープ	スティックパン& ディップ	
11	水	軟飯、肉じゃが風煮物、スープ、ヨーグルト	バナナパン	
12	木	軟飯、白身魚ねぎソースかけ、春雨サラダ、スープ、メロン	じゃが芋お焼き	メロン
13	金	軟飯、鶏肉ソテー、大根納豆和え、スープ、バナナ	野菜マカロニ	マカロニ

後期食後半になると少量の油やバターも使えるようになります。今までの「煮る」以外にも焼いたり、炒めたりなど献立の種類がひろがりますね。野菜は茹でなければやわらかくなりにくいので炒めてから水分を加えてやわらかく煮る「炒め煮」がよいでしょう。

16	月	軟飯、鶏肉だんご煮、ほうれん草納豆和え、麴すまし汁、オレンジ	チーズパン	
17	火	軟飯、白身魚炒め煮、スティック野菜、スープ、ヨーグルト	しらすうどん	
18	水	軟飯、ツナと野菜の炒め煮、春雨スープ	野菜粥	
19	木	軟飯、鶏肉ソテー、キャベツ磯和え、みそ汁、バナナ	納豆マカロニ	
20	金	軟飯、鮭と野菜のみそ焼き、スープ、メロン	スティックお芋	

食べむら、遊び食べなどはよくあることです。離乳食を食べることに飽きてくる頃です。気にしなくても大丈夫です。赤ちゃんは今日食べなくても明日食べたりするものです。人見知りや後追いも成長した証拠です。赤ちゃんのご機嫌もみながら進めていきましょう。

22	月	スティックパン、白身魚チーズ焼き、トマトスープ、ヨーグルト	ツナ粥	
23	火	軟飯、豆腐とツナの肉団子煮、豆乳味噌スープ、バナナ	チーズパン	
24	水	軟飯、アジのソテー、キャベツくたくた煮、味噌スープ、オレンジ	野菜うどん	鰺
25	木	軟飯、じゃが芋としらすのお焼き、スープ、メロン	しらすパン	
26	金	軟飯（コーン）、いわしのソテー、ほうれん草おかか和え、スープ	野菜マカロニ	

手がどんどん器用になってきて自分でやりたい気もちがでてきます。手づかみ食べはまさに赤ちゃんの発達に沿った食べ方です。スティックにした野菜やパンなどをメニューにとりいれてみてくださいね。

30	月	軟飯（野菜）、凍り豆腐煮物、春雨スープ、バナナ	豆乳パン	
----	---	-------------------------	------	--



※食材の都合により献立を変更する場合がございます。