



1月 離乳食献立予定表

施設長	主任	担当者	

平成27年1月

日(曜)	献立名(共通分)AM	間食(AM)	離乳食PM(後期)
1(木)	元旦		
2(金)			
3(土)			
4(日)			
5(月)			
6(火)	おかゆ かぼちゃサラダ 若布汁		
7(水)	おかゆ ささみ入り温野菜 白菜汁		
8(木)	おかゆ 白菜のあんかけ なめこ汁		
9(金)	おかゆ きゃべつの柔らか煮 かぶ汁		
10(土)	おかゆ ポテトチーズグラタン コーンスープ		
11(日)			
12(月)	成人の日		
13(火)	おかゆ ビーフンソテー かき玉汁		
14(水)	おかゆ 青菜のくず煮 白菜汁		
15(木)	おかゆ ひじきの寄せ煮 小松菜汁		
16(金)	おかゆ じゃが芋のひき肉煮 若布汁		
17(土)	おかゆ 豆腐の和風あんかけ かぶ汁		
18(日)			
19(月)	おかゆ ブロッコリーのおかか煮 豆麩汁		
20(火)	おかゆ マセドアンサラダ 大根汁		
21(水)	おかゆ ほうれん草の三色和え 白菜汁		
22(木)	おかゆ 大根の柔らかおでん風 栄養麩汁		
23(金)	おかゆ 里芋の煮物 若布汁		
24(土)	おかゆ かぶとかぼちゃのチーズ和え たまねぎ汁		
25(日)			
26(月)	おかゆ ブロッコリーのうま煮 若布汁		
27(火)	おかゆ 大根のきんぴら ニラ玉汁		
28(水)	おかゆ 肉団子 土佐和え なめこ汁		
29(木)	おかゆ 五目ポテト納豆 若布汁		
30(金)	おかゆ 炒り豆腐 コーンスープ		
31(土)	おかゆ 白菜のクリーム煮 かぶ汁		

鏡もちの飾りにはそれぞれ意味があります。

- 裏白 / 「長寿と夫婦円満」
- コンブ / 「喜ぶ」
- ダイダイ(ミカン) / 「代々栄える」
- くしガキ / 「幸運を取り込む」
- ユズリハ / 「家系が絶えずに続く」

※関西のある地方では「先祖代々(ダイダイ)、ニコニコと仲睦まじく(串ガキが両端に2つ、少し間をおいて中に6つ付いている)、よる“こぶ”(コンブ)ことが、“重なり”ますように(モチを重ねる)」と言って、飾るそうです。

やけどに注意

冬には、やけどをしてしまう熱いものが子どもの身のまわりに増えます。沸きたてのやかん、おみそ汁、カップラーメン、スープなどに気をつけてあげてください。

【やけどをしたら……】○なるべく早く冷水に当てて、20分ほど冷やし続ける／○(冷やし終えた後は)小さなやけどなら、清潔なガーゼを軽めに当ててあげる。大きなやけどなら、濡れタオルを当てたまま(かかりつけの)病院に行く／※服の上からやけどをした場合は、服を着たまま冷水に当てる。慌てて服を脱がせて傷を広げないでください。

* 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。
 * 献立は、後期に合わせて立てています。
 初期はドロドロ状
 中期は舌でつぶせる固さ
 後期は歯ぐきでつぶせる固さです。