社会福祉法人 白浜こども園

（離乳食9カ月～11カ月頃）令和6年11月 予定献立表

日	曜	献　立　名	材　料　名
25	月	お粥・味噌汁・肉じゃが・りんご煮	米・わかめ・だし・味噌・豚挽肉・じゃがいも・玉葱・人参・醤油・砂糖・りんご
26	火	お粥・白菜スープ・ささ身とブロッコリーのクリーム煮・キウイフルーツ	米・白菜・だし・ささ身・ブロッコリー・玉葱・人参・牛乳・小麦粉・キウイフルーツ
27	水	お粥・味噌汁・親子煮・みかん缶	米・豆腐・だし・味噌・鶏挽肉・玉葱・人参・卵・醤油・砂糖・みかん缶
28	木	煮込みうどん・薩摩芋とりんご煮	干しうどん・卵・鶏挽肉・ほうれん草・だし・人参・薩摩芋・りんご・砂糖
29	金	お粥・味噌汁・煮魚・ブロッコリー煮・バナナ	米・大根・だし・味噌・生鮭・醤油・砂糖・ブロッコリー・バナナ

※ 都合により献立や材料を変更する場合があります。

☆ この時期は、歯茎でつぶして顎を左右に動かしてすりつぶし食べ物を飲み込むようになります。
＊歯茎でつぶせる固さ（バナナの固さ）が目安です。
＊１日３回食になり、大人の食事に近づいて来ます。

☆ 11 ヶ月頃は、幼児期へ移行させる準備期です。調理形態は、「歯茎でかめる固さ」とし、咀嚼のトレーニングを行い咀嚼の基礎を習得させましょう。食べ物を手で握ったり指で摘んだりして、口へ運ぶ事をさせて上げましょう。