



献立表



日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
1	土	ほうれん草とベーコンの クリームスパゲティ バナナ	クラッカー 麦茶	スパゲティ	牛乳、生クリーム、 ベーコン	バナナ、たまねぎ、ほうれ んそう、にんじん、しめ じ、えのきだけ	牛乳 干し手
2	日						
3	月	大豆ごはん りんご 豆腐入り鶏つくね照り焼き ビーフンの梅肉和え けんちん汁	恵方巻き 麦茶	米、半つき米、 ビーフン、砂糖、 片栗粉、ごま油、 油	木綿豆腐、鶏ひき肉、 卵(厚焼き卵)、鶏もも 肉、だいず、油揚げ、 ハム、卵、でんぶ	りんご、きゅうり、にんじ ん、だいこん、たまねぎ、 ねぎ、ごぼう、かんぴょう (乾)、焼きのり、うめ干 し	スキムミルク ウエハース
4	火	五分米 パイナップル 鶏肉のごまみそ焼 小松菜のお浸し きのこ汁	じゃこトースト スキムミルク	半つき米、食パ ン、マヨネーズ、 砂糖、片栗粉	鶏もも肉、脱脂粉乳、 しらす干し、ピザ用 チーズ、ごま、米み そ、油揚げ、いわし (煮干し)	パイナップル、もやし、こ まつな、にんじん、しめ じ、えのきだけ、万能ね ぎ、干ししいたけ、焼きの り、あおのり	麦茶 ヨーグルト
5	水	五分米 バナナ 魚の黄金焼き 干切りイリチ みそ汁(じゃがいも)	マカロニきな粉 スキムミルク	半つき米、マカロ ニ、じゃがいも、 砂糖、マヨネーズ	ぶり、脱脂粉乳、豚 肉、きな粉、米みそ、 切れてるチーズ、いわ し(煮干し)	バナナ、にんじん、切り干 しだいこん、ほそめこんぶ (煮物用)、しょうが、わ かめ(乾)、パセリ	スキムミルク いりこ ビスケット
6	木	五分米 りんご 青肉肉糸 かぼちゃの天ぷら マロニースープ	まるごとみつ豆 スキムミルク	半つき米、じゃが いも、油、天ぷら 粉、砂糖、片栗 粉、ごま油	豚肉、木綿豆腐、脱脂 粉乳、ベーコン	りんご、かぼちゃ、もやし、に んじん、たまねぎ、黄桃缶、 みかん缶、ピーマン、パイナ ップル、だけのこと、黄ピーマ ン、赤ピーマン、葉ねぎ、粉 薬天	スキムミルク 小さな牛乳パン
7	金	五分米 オレンジ ミートローフ キャベツとツナのドレッシングあえ コンソメスープ	麩の黒糖ラスク スキムミルク	半つき米、焼ひ ろ、黒砂糖、フレンチ ドレッシング、砂 糖、パン粉、油	鶏ひき肉、木綿豆腐、 脱脂粉乳、ツナ油漬 缶、バター、卵	オレンジ、キャベツ、たま ねぎ、きゅうり、しめじ、 りんご、干しぶどう、にん じん、ひじき	スキムミルク いりこ ビスケット
8	土	しょうゆラーメン バナナ	プチクリームパン 麦茶	干し中華めん、ご ま油	豚肉	バナナ、キャベツ、たまね ぎ、にんじん、万能ねぎ	牛乳 干し手
9	日						
10	月	ポークカレーライス スパゲティサラダ りんご 福神漬	いりこ オレンジ スキムミルク	半つき米、じゃが いも、スパゲ ティ、和風ドレ ッシング、押麦	豚肉、脱脂粉乳、卵、 いわし(煮干し)、ハム	りんご、オレンジ、たまね ぎ、にんじん、きゅうり、 福神漬、にんにく、しょう が、バナナ	スキムミルク ウエハース
11	火	建国記念の日					
12	水	五分米 えびとかぶのシチュー れんこんきんぴら バナナ	野菜生活ゼリー スキムミルク	半つき米、じゃが いも、砂糖、油、 ごま油	牛乳、えび、脱脂粉 乳、鶏もも肉、ごま	バナナ、たまねぎ、にんじ ん、かぶ、れんこん、しめ じ、ほうれんそう、だいこ ん	スキムミルク いりこ ビスケット
13	木	コーンライス チーズハンバーグ ポテトサラダ クラムチャウダー	ガトーショコラ スキムミルク	半つき米、じゃが いも、砂糖、マヨ ネーズ、小麦粉、 パン粉、片栗粉	ヤクルト、牛乳、合ひき 肉、卵、脱脂粉乳、生ク リーム、あさり水煮缶、 無塩バター、バター、ハ ム、スライスチーズ	いちご、たまねぎ、にんじ ん、きゅうり、コーン(冷 凍)、しめじ	スキムミルク 小さな牛乳パン
14	金	五分米 オレンジ 酢豚 イカときゅうりの酢味噌和え 中華スープ	中華おこわ 麦茶	もち米、半つき 米、じゃがいも、 砂糖、片栗粉、ご ま油、油	豚肉、豚肉、いか、米 みそ、卵	オレンジ、たまねぎ、にんじ ん、もやし、きゅうり、えのき だけ、だけのこと、ピーマン、チ ンゲンサイ、黒きくらげ、干し しいたけ、カットわかめ	スキムミルク いりこ ビスケット
15	土	ミラノ風ドリア バナナ	ゼリー・お菓子 麦茶	半つき米、小麦 粉、砂糖	牛乳、合ひき肉、とろ けるチーズ、バター	バナナ、たまねぎ、ホー ルトマト缶詰、にんじん、に んにく	牛乳 干し手

日	曜	昼食献立名	3時おやつ	材料(昼食と午後おやつ)			9時おやつ
				熱と力になるもの	血や肉や骨になるもの	体の調子を整えるもの	
16	日						
17	月	五分米 りんご 肉じゃが 納豆和え みそ汁(白菜)	パワフル大豆 スキムミルク	じゃがいも、半つ き米、きんぴらこ んにゃく、油、砂 糖、片栗粉	だいず水煮、納 豆、揚げ豆腐、牛 乳、脱脂粉乳、米 みそ、いわし、さ くらえび、ごま	たまねぎ、りんご、にんじ ん、もやし、はくさい、い んげん、たくあん、わかめ (乾)	スキムミルク ウエハース
18	火	五分米 パイナップル 鶏のから揚げ 拌三絲 豆腐すまし汁	型抜きクッキー スキムミルク  ゆり組クッキング	半つき米、小麦 粉、油、砂糖、は るさめ、片栗粉、 コーンスターチ、 ごま油	鶏もも肉、脱脂粉 乳、木綿豆腐、無 塩バター、卵、ハ ム、いわし(煮干し)	パイナップル、きゅうり、 キャベツ、にんにく、しょ うが、ねぎ	麦茶 ヨーグルト
19	水	麦ご飯 パナナ 魚の塩焼き 高野豆腐のふわふわ煮 豚汁	フレンチトースト スキムミルク	半つき米、食パ ン、砂糖、さとい も、板こんにゃく、 押麦、粉糖、 ごま油	さば、卵、牛乳、 脱脂粉乳、豚肉、 米みそ、凍り豆 腐、バター、いわ し(煮干し)	バナナ、にんじん、だいこ ん、ごぼう、ねぎ、トウ モヨウ、干ししいたけ	スキムミルク いりこ ビスケット
20	木	ゆかり御飯 りんご チーズオムレツ 大根とツナのあえ物 野菜スープ	フルーツ ヨーグルト 麦茶	米、じゃがいも、 マヨネーズ、砂糖	ヨーグルト(無糖)、 卵、ウイパー、とろけ るチーズ、ツナ油 漬缶、ごま	りんご、バナナ、たまねぎ、だ いこん、白桃缶、パン缶、み かん缶、しめじ、黄桃缶、にん じん、ブロックリー、コーン (冷凍)、赤ピーマン、黄ピーマ ン	スキムミルク 小さな牛乳パン
21	金	お弁当の日 	さつま芋の ガレット ココア	さつまいも	脱脂粉乳、牛乳、 卵、切れてるチー ズ、無塩バター		スキムミルク いりこ ビスケット
22	土	ちゃんぽん バナナ	カットロール 麦茶	干し中華めん、油 いか	豚肉、かまぼこ、 いわし	バナナ、キャベツ、もや し、たまねぎ、にんじん、 万能ねぎ、黒きくらげ	牛乳 干し手
23	日	天皇誕生日					
24	月	振替休日					
25	火	ハヤシライス(麦) ブロッコリーとコーンのチーズ炒め パイナップル	ツナマヨパン スキムミルク	半つき米、マヨ ネーズ、押麦、油	牛肉、脱脂粉乳、 牛乳、ベーコン、 ツナ油漬、卵、粉 チーズ	たまねぎ、パイナップル、 にんじん、しめじ、ブロッ コリー、コーン缶、エリン ギ、コーン(冷凍)	麦茶 ヨーグルト
26	水	五分米 パナナ さつま揚げ カブの酢の物 すまし汁(麩・えのき)	ポテト餅 スキムミルク	半つき米、じゃが いも、油、砂糖、 片栗粉、焼ひ	白身魚すり身、木綿豆 腐、脱脂粉乳、ピザ用 チーズ、米みそ、卵、 ハム、いわし、さくら えび	バナナ、かぶ、えのきだ け、たまねぎ、きゅうり、 ごぼう、にんじん、かぶ・ 葉、ひじき、カットわか め、焼きのり	スキムミルク いりこ ビスケット
27	木	五分米 りんご ポークビーンズ もやしの中華風和え物 サムゲタン風スープ	バナナケーキ スキムミルク	じゃがいも、半つ き米、砂糖、油、 ごま油	豚肉、だいず水 煮、脱脂粉乳、鶏 もも肉、無塩バ ター、卵	りんご、たまねぎ、もやし、に んじん、ホールトマト缶詰、こ まつな、はくさい、だいこん、 葉ねぎ、バナナ、にら、しょう が、にんにく	スキムミルク 小さな牛乳パン
28	金	親子丼 ほうれん草のオイスターマヨサラダ みそ汁(かぼちゃ) オレンジ	お好み焼き 麦茶	半つき米、お好 み焼き粉、マヨネ ーズ、砂糖	卵、鶏もも肉、 ベーコン、米み そ、さくらえび、 かつお節、いわし (煮干し)、干しえび	オレンジ、たまねぎ、キャベ ツ、スナップえんどう、ほうれ んそう、もやし、かぼちゃ、に んじん、しめじ、あおのり、葉 ねぎ、干ししいたけ、焼きのり	スキムミルク いりこ ビスケット
		1か月の平均栄養量 (幼児・おやつ含む)	エネルギー たんぱく質 脂質 塩分	510 kcal 19.7 g 16.9 g 2.0 g	鉄 カルシウム ビタミンC 食物繊維	2.3 mg 199 mg 31 mg 5.3 g	

食育なぞなぞ
おなかにあなのあいたごえんだまのようなおかしってなあに?
ふふふふ : ぎゅん

★だし汁は昆布といりこを使っています。 ★仕入れによって、材料が異なる場合があります。



2月離乳食献立表



2025年

引津保育園・御床とことこ保育園

日付	時間帯	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	日付	時間帯	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期	日付	時間帯	離乳食 初期	離乳食 中期	離乳食 後期	離乳食 完了期
01(土)	午前おやつ			麦茶 干し芋	牛乳 干し芋	13(木)	午前おやつ			麦茶 米せんべい	スキムミルク 小さな牛乳パン	24(月)	振替休日				
	昼食	十倍粥 ほうれん草 人参	ほうれん草の 豆乳クリーム スパゲティ	ほうれん草の 豆乳クリーム スパゲティ	ほうれん草と ベーコンのクリーム スパゲティ		野菜粥 野菜粥	チーズハンバーグ(鶏ミンチ) ポテトサラダ 野菜チャウダー	チーズハンバーグ(鶏ミンチ) ポテトサラダ 野菜チャウダー	チーズハンバーグ ポテトサラダ 野菜チャウダー	25(火)		午前おやつ			麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト
	午後おやつ		乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶		豆乳マーブル蒸しパン 麦茶	豆乳マーブル蒸しパン 麦茶	豆乳マーブル蒸しパン スキムミルク	26(水)	午前おやつ				麦茶 ヨーグルト	麦茶 ヨーグルト	
02(日)	午前おやつ			麦茶 ウエハース	スキムミルク ウエハース	14(金)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のトマト煮	五分米 酢豚	26(水)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のトマト煮	五分米 酢豚
	昼食	十倍粥 豆腐 きゅうり	大豆ごはん(おかゆ) 豆腐入り鶏つくね照り焼き ビーフンときゅうりの和え物	大豆ごはん(軟飯) 豆腐入り鶏つくね照り焼き ビーフンときゅうりの和え物	大豆ごはん 豆腐入り鶏つくね照り焼き ビーフンの梅肉和え けんちん汁		鶏肉のトマト煮 きゅうりの味噌和え 青菜スープ	きゅうりの味噌和え 青菜スープ	鶏肉のトマト煮 きゅうりの味噌和え 青菜スープ	27(木)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のトマト煮	五分米 酢豚	
	午後おやつ		和風粥 麦茶	和風粥 麦茶	和風粥 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	28(金)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のトマト煮	五分米 酢豚	
03(月)	午前おやつ			麦茶 ヨーグルト	スキムミルク ヨーグルト	15(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	27(木)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 小松菜 人参	おかゆ 鶏肉のみそ煮 小松菜のお浸し すまし汁(大根)	軟飯 鶏肉のみそ煮 小松菜のお浸し すまし汁(大根)	五分米 鶏肉のごまみそ焼 小松菜のお浸し きのこ汁		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	28(金)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		和風粥 麦茶	和風粥 麦茶	和風粥 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	29(土)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
04(火)	午前おやつ			麦茶 ヨーグルト	スキムミルク ヨーグルト	16(日)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	29(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 小松菜 人参	おかゆ 鶏肉のみそ煮 小松菜のお浸し すまし汁(大根)	軟飯 鶏肉のみそ煮 小松菜のお浸し すまし汁(大根)	五分米 鶏肉のごまみそ焼 小松菜のお浸し きのこ汁		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	30(日)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		和風粥 麦茶	和風粥 麦茶	和風粥 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	31(月)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
05(水)	午前おやつ			麦茶 ヨーグルト	スキムミルク ヨーグルト	17(月)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	31(月)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 大根 じゃが芋	おかゆ 魚のチーズ蒸し 大根煮 みそ汁(じゃが芋)	軟飯 魚のチーズ蒸し 大根煮 みそ汁(じゃが芋)	五分米 魚の黄金焼き 千切りイリチ みそ汁(じゃがいも)		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	2(火)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		マカロニきな粉 麦茶	マカロニきな粉 麦茶	マカロニきな粉 麦茶		マカロニきな粉 麦茶	人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	3(水)		午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
06(木)	午前おやつ			麦茶 米せんべい	スキムミルク 小さな牛乳パン	18(火)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	4(木)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 南瓜 豆腐	おかゆ ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 マロニースープ	軟飯 ささみと野菜の煮物 かぼちゃの煮物 マロニースープ	五分米 青椒肉絲 かぼちゃの天ぷら マロニースープ		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	5(金)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		フルーツ寒天 麦茶	フルーツ寒天 麦茶	フルーツ寒天 麦茶		フルーツ寒天 麦茶	人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	6(土)		午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
07(金)	午前おやつ			麦茶 米せんべい	スキムミルク 小さな牛乳パン	19(水)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	7(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 キャベツ きゅうり	おかゆ ミートローフ(卵無し) キャベツとツナのあえ物 野菜スープ	軟飯 ミートローフ(卵無し) キャベツとツナのあえ物 野菜スープ	五分米 ミートローフ(ひじき) キャベツとツナのドレッシングあえ コンソメスープ		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	8(日)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		麩の豆乳粥 麦茶	麩の豆乳粥 麦茶	麩の豆乳粥 麦茶		麩の黒糖ラスク スキムミルク	人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	9(月)		午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
08(土)	午前おやつ			麦茶 干し芋	牛乳 干し芋	20(木)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	10(月)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 人参 じゃが芋	野菜うどん	野菜うどん	しょうゆラーメン		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	11(火)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶	ブチクリームパン 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	12(水)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
09(日)	午前おやつ			麦茶 ウエハース	スキムミルク ウエハース	21(金)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	13(木)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 南瓜 きゅうり	おかゆ 鶏肉と野菜の旨煮 スパゲティ-サラダ	軟飯 鶏肉と野菜の旨煮 スパゲティ-サラダ	ライス スパゲティ-サラダ		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	14(金)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		ゼリー 麦茶	ゼリー 麦茶	ゼリー 麦茶		スキムミルク	人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	15(土)		午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
10(月)	午前おやつ			麦茶 ウエハース	スキムミルク ウエハース	22(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	16(日)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 人参 じゃが芋	野菜うどん	野菜うどん	しょうゆラーメン		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	17(月)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶	ブチクリームパン 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	18(火)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
11(火)	午前おやつ			麦茶 ウエハース	スキムミルク ウエハース	23(日)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	19(水)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 南瓜 きゅうり	おかゆ 鶏肉と野菜の旨煮 スパゲティ-サラダ	軟飯 鶏肉と野菜の旨煮 スパゲティ-サラダ	ライス スパゲティ-サラダ		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	20(木)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		ゼリー 麦茶	ゼリー 麦茶	ゼリー 麦茶		スキムミルク	人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	21(金)		午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
12(水)	午前おやつ			麦茶 ウエハース	スキムミルク ウエハース	22(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	22(土)	午前おやつ			軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼
	昼食	十倍粥 人参 じゃが芋	野菜うどん	野菜うどん	しょうゆラーメン		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	23(日)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	
	午後おやつ		乳児用おやつ 麦茶	乳児用おやつ 麦茶	ブチクリームパン 麦茶		人参粥 麦茶	人参粥 麦茶	中華おこわ 麦茶	24(月)	午前おやつ				軟飯 鶏肉のみそ煮	五分米 鶏肉のごまみそ焼	

★だし汁は昆布といりこを使っています。
★仕入れによって、材料が異なる場合があります。

離乳食を 与えるときは

赤ちゃんのようすを見ながら、離乳食は1さじずつ与え、食事後の母乳やミルクは飲みたいだけの量を与えます。離乳食の進行に応じて、食品の種類を増やしていき、生活リズムも整えるようにしましょう。また、食事を与えながら「おいしいね」「いっぱい食べたね」などのことばかけをしたり、大人がいつしょに食事をするようすを見せて、食べる楽しさの体験を増やしていくようにします。

好き嫌いへの対応

離乳食も9~11か月頃になると、赤ちゃんにも食べ物の好みが出てきます。特に、はじめて口にするとものや食べ慣れていないものは、なかなか食べてくれません。食べないからといって与えるのをあきらめるのではなく、調理法を変えたり、味つけを変えたりして、少しずつ与えてみるとういでしょう。ただし、どうしても食べない場合は空腹ではない場合も。だから続けるのではなく、20分ぐらいで切り上げるようにしましょう。