

2022年

## 1月 給食献立表

日曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他	
4	火 麦ごはん 豚肉とたまねぎのカレー炒め 切干しだいこんのみそ汁 (スキム入り)	牛乳 (未満児) せんべい7g (未満児) スキムミルク 黒糖ゼリー クッキー (15g)	牛乳・豚肉・油揚げ・塩 わかめ・脱脂粉乳・粉寒 天・きな粉	せんべい・精白米・麦・ 植物油・じゃがいも・黒 砂糖・クッキー	たまねぎ・にんじん・ビー マン・切干だいこん	トマトチップ・白ワイン・カレー 粉・ガーリックパウダー・食 塩・煮干しだし・米み そ・麦みそ	
5	水 ツナごはん 豆腐とチーズの卵焼き ゆでブロッコリー (25g) はくさいとベーコンのスープ	牛乳 (未満児) ウエハース7g (未満児) スキムミルク ふかししいも	牛乳・まぐろ油漬缶・鶏 卵・木綿豆腐・プロセス チーズ・ベーコン・脱脂粉乳	缶アース・精白米・麦・植物 油・さつまいも	にんじん・たまねぎ・ブロッ コリー・はくさい・こまつな	食塩・清酒・みりん・濃 口しょうゆ・トマトチップ・ 鳥がらだし	
6	木 麦ごはん 鶏肉と大根の咖喱・じょうゆ煮 三平汁 (スキム入り)	牛乳 (未満児) パインアップル(缶)30g(未満児) 豆乳 みかん (70g) クラッカー (15g)	牛乳・鶏肉・鮭・脱脂粉 乳・調整豆乳	精白米・麦・三温糖・植 物油・クラッカー	パインアップル缶・だいこん・に んじん・すじなしいんげ ん・かぶ・キャベツ・青ねぎ・ みかん	カレー粉・清酒・濃口しょう ゆ・みりん・食塩・昆布 だし・米みそ・麦みそ	
7	金 麦ごはん 清汁 (白玉ふ・えのきたけ) 煮魚 れんこんのサラダ	牛乳 (未満児) いちご30g(未満児) 七草がゆ	牛乳・魚・鶏肉・油揚げ	精白米・麦・白玉ふ・三 温糖・マヨネーズ・すりごま	いちご・えのきたけ・青ね ぎ・しょうが・かぼちゃ・ さやいんげん・れんこん・ きゅうり・にんじん・七 草・はくさい・だいこん	煮干しだし・食塩・濃口 しょうゆ・みりん・清 酒・食塩 (塩もみ用)・ 米みそ	
8	土 きのこのスープスパゲティ バナナ (75g)	牛乳 (未満児) もも (缶)30g(未満児) 牛乳 丸ぼうろ	牛乳・ベーコン・脱脂粉乳	スパゲティ・植物油・マーガ リン・小麦粉・丸ぼうろ	もも缶・えのきたけ・たま ねぎ・しめじ・にんじん・ パセリ・バナナ	食塩・コンソメ	
11	火 麦ごはん みそ汁 (だいこん) 魚のマヨネーズ焼き サラダ菜 (7g) 小松菜とちくわの炒め物	牛乳 (未満児) せんべい7g (未満児) いもぜんざい いりいりこ	牛乳・塩わかめ・魚・粉 チーズ・竹輪・煮干し	せんべい・精白米・麦・ パン粉・植物油・マヨネーズ・ すりごま・ごま油・さつ まいも・あずき・三温糖	だいこん・パセリ・たまね ぎ・マッシュルーム缶・チリ マツナ・にんじん	煮干しだし・米みそ・麦 みそ・食塩・こしょう・ 白ワイン・濃口しょうゆ	
12	水 麦ごはん シチュー カリフラワーとブロッコリーのサラダ	牛乳 (未満児) チーズ10g(未満児) スキムミルク 豆乳ゼリー ウエハース	牛乳・プロセスチーズ・牛肉・ 脱脂粉乳・ロースハム・豆乳・ 粉寒天	精白米・麦・じゃがい も・マーガリン・トシダス ・ビーフシチューの素・三温 糖・ごま油・いちごジャ ム・ウエハース	たまねぎ・にんじん・冷凍 グリーンピース・トマトビュレ ・カリフラワー・ブロッコリー	鳥がらだし・トマトチップ・ 食塩・食酢・濃口しょう ゆ	
13	木 麦ごはん がんもどきの中華風うま煮 もずくスープ	牛乳 (未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク 黒糖蒸しパン	牛乳・がんもどき・鶏 卵・もずく・脱脂粉乳	精白米・麦・植物油・ご ま油・三温糖・片栗粉・ 小麦粉・黒砂糖	バナナ・にんじん・ゆでたけ のこ・セリ・さやいんげ ん・乾しいたけ・えのきた け・青ねぎ	中華スープの素・食塩・濃 口しょうゆ・清酒・しい たけだし・かつお昆布だ し・ベーキングパウダー・米み そ	
14	金 麦ごはん 清汁 (生しいたけ・白玉ふ) 魚の香味焼き トマト (32g) ほうれんそうと卵のベーコン汁	牛乳 (未満児) みかん (缶) (未満児) 豆乳 レーズンクッキー	牛乳・白身魚・鶏卵・ベー コン・調整豆乳	精白米・麦・白玉ふ・三 温糖・ごま油・植物油・ 小麦粉・マーガリン	みかん缶・生しいたけ・青 ねぎ・しょうが・にんに く・トマト・ほうれんそう・た まねぎ・にんじん・干しぶ どう	煮干しだし・食塩・濃口 しょうゆ・みりん・清 酒・ベーキングパウダー	
15	土 味噌ラーメン ヨーグルト (固形)	牛乳 (未満児) キウイフルーツ50g(未満児) 牛乳 ぼんかん (70g) ビスケット	牛乳・焼き豚・鶏卵・加 糖ヨーグルト	中華めん・すりごま・ご ま油・ピスケット	キウイフルーツ・もやし・にんじ ん・青ねぎ・しょうが・ぼ んかん	ガーリックパウダー・中華ス ープの素・食塩・みりん・米 みそ・濃口しょうゆ・鳥 がらだし・鶏がらだしの 素	
17	月 麦ごはん 魚の竜田揚げ レタス (12g) 五目みそ汁	牛乳 (未満児) パインアップル(缶)30g(未満児) スキムミルク 米粉ココアケーキ	牛乳・魚・油揚げ・脱脂 粉乳・絹ごし豆腐	精白米・麦・片栗粉・揚 げ油・さつまいも・米 粉・黒砂糖・粉糖	パインアップル缶・しょうが・レ タス・はくさい・しめじ・ごぼ う・にんじん・青ねぎ	みりん・濃口しょうゆ・ 煮干しだし・米みそ・麦 みそ・ビュッコア・ベーキン グパウダー	
18	火 麦ごはん 豚肉とたまねぎのカレー炒め 切干しだいこんのみそ汁 (スキム入り)	牛乳 (未満児) みかん70g(未満児) ラッシー (スキム) 黒糖ゼリー クッキー (15g)	牛乳・豚肉・油揚げ・塩 わかめ・脱脂粉乳・ドリンク ヨーグルト・粉寒天・きな粉	精白米・麦・植物油・ じゃがいも・黒砂糖・ク ッキー	みかん・たまねぎ・にんじ ん・ビーマン・切干だいこん	トマトチップ・白ワイン・カレー 粉・ガーリックパウダー・食 塩・煮干しだし・米み そ・麦みそ	
19	水	お楽しみメニュー					

区分	エネルギー (kcal)	たんぱく質 (g)	脂質 (g)	カルシウム (mg)	鉄 (mg)	ビタミンA (レチノール活性 当量:RAE) (μg)	ビタミンB1 (mg)	ビタミンB2 (mg)	ビタミンC (mg)	食物繊維 (g)	食塩相当量 (g)
今月の平均栄養量	512	20.8	16.5	317	2.3	228	0.31	0.52	31	3.9	1.9
保育所(園)における 給与栄養量の目標	470	15~23	10~15	220	2.3(~10)	200(~300)	0.25	0.30	20	3.5以上	1.9未満

2022年

## 1月 給食献立表

日曜	昼食	おやつ	赤:血や肉になる	黄:熱や力となる	緑:調子をととのえる	その他
20	木 麦ごはん 清汁(白玉ふ・えのきたけ) 煮魚 れんこんのサラダ	牛乳(未満児) いちご30g(未満児) スキムミルク 炒めそば(おやつ)	牛乳・魚・脱脂粉乳・豚肉・かまぼこ	精白米・麦・白玉ふ・三温糖・マヨネーズ・すりごま・中華めん・植物油	いちご・えのきたけ・青ねぎ・しょうが・かぼちゃ・さやいんげん・れんこん・きゅうり・にんじん・キャベツ・たまねぎ・乾しいたけ	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・みりん・清酒・食塩(塩もみ用)・米みそ・中華スープの素・中濃ソース・トマトケチャップ
21	金 ロールパン ポトフ(だいこん) トマトとわかめのサラダ	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) 豆乳 みかん(70g) クラッカー(15g)	牛乳・牛肉・カットわかめ・調整豆乳	せんべい・ロールパン・じゃがいも・三温糖・植物油・ごま油・クラッカー	キャベツ・たまねぎ・にんじん・だいこん・セロリ・ホルホーン缶・トマト・きゅうり・みかん	鳥がらだし・コンソメ・食塩・食塩(塩もみ用)・食酢・濃口しょうゆ
22	土 きのこのスープスパゲティ バナナ(75g)	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) 牛乳 丸ぼうろ	牛乳・ペーコン・脱脂粉乳	スパゲティ・植物油・マカリン・小麦粉・丸ぼうろ	もも缶・えのきたけ・たまねぎ・しめじ・にんじん・パセリ・バナナ	食塩・コンソメ
24	月 麦ごはん 鶏肉と大根のカレー汁 三平汁(スキム入り)	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) 飲むヨーグルト 豆腐 ドーナツ	牛乳・鶏肉・鮭・脱脂粉乳・ドリンクヨーグルト・絹ごし豆腐	せんべい・精白米・麦・三温糖・植物油・ホットケーキミックス・揚げ油・粉糖	だいこん・にんじん・すじなし・いんげん・たまねぎ・キャベツ・青ねぎ	カレー粉・清酒・濃口しょうゆ・みりん・食塩・昆布だし・米みそ・麦みそ
25	火 麦ごはん みそ汁(だいこん) 魚のマヨネーズ焼き サラダ菜(7g) 小松菜とちくわの炒め物	牛乳(未満児) みかん(缶)(未満児) いもぜんざい いりいりこ	牛乳・塩わかめ・魚・粉チーズ・竹輪・煮干し	精白米・麦・パン粉・植物油・マヨネーズ・すりごま・ごま油・さつまいも・あずき・三温糖	みかん缶・だいこん・パセリ・たまねぎ・マッシュルーム缶・サラダ菜・こまつな・にんじん	煮干しだし・米みそ・麦みそ・食塩・こしょう・白ワイン・濃口しょうゆ
26	水 麦ごはん 清汁(生しいたけ・白玉ふ) 魚の香味焼き トマト(32g) ほうれんそうと卵のペーコン汁	牛乳(未満児) りんご40g(未満児) 豆乳 レーズンクッキー	牛乳・白身魚・鶏卵・ペーコン・調整豆乳	精白米・麦・白玉ふ・三温糖・ごま油・植物油・小麦粉・マカリン	りんご・生しいたけ・青ねぎ・しょうが・にんにく・トマト・ほうれんそう・たまねぎ・にんじん・干しぶどう	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・みりん・清酒・ペーキングパウダー
27	木 麦ごはん がんもどきの中華風うま煮 もずくスープ	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク 黒糖蒸しパン	牛乳・がんもどき・鶏卵・もずく・脱脂粉乳	精白米・麦・植物油・ごま油・三温糖・片栗粉・小麦粉・黒砂糖	バナナ・にんじん・ゆでたけのこ・セロリ・さやいんげん・乾しいたけ・えのきたけ・青ねぎ	中華スープの素・食塩・濃口しょうゆ・清酒・しいたけだし・かつお昆布だし・ペーキングパウダー・米みそ
28	金 ロールパン ビーフシチュー カリフラワーとブロッコリーのサラダ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) スキムミルク 豆乳ゼリー ウエハース	牛乳・プロセスチーズ・牛肉・脱脂粉乳・ロースハム・豆乳・粉寒天	ロールパン・じゃがいも・マカリン・ドミグラスソース・ビーフチューの素・三温糖・ごま油・ブルーベリージャム・ウエハース	たまねぎ・にんじん・冷凍グリーンピース・トマトピューレ・カリフラワー・ブロッコリー	鳥がらだし・トマトケチャップ・食塩・食酢・濃口しょうゆ
29	土 味噌ラーメン ヨーグルト(固形)	牛乳(未満児) キウイフルーツ50g(未満児) 牛乳 ぼんかん(70g) ビスケット	牛乳・焼き豚・鶏卵・加糖ヨーグルト	中華めん・すりごま・ごま油・ビスケット	ゆかりフルーツ・もやし・にんじん・青ねぎ・しょうが・ぼんかん	ガーリックパウダー・中華スープの素・食塩・みりん・米みそ・濃口しょうゆ・鳥がらだし・鶏がらだしの素
31	月 麦ごはん 魚の竜田揚げ レタス(12g) 五目みそ汁	牛乳(未満児) みかん70g(未満児) スキムミルク 米粉ココアケーキ	牛乳・魚・油揚げ・脱脂粉乳・絹ごし豆腐	精白米・麦・片栗粉・揚げ油・さつまいも・米粉・黒砂糖・粉糖	みかん・しょうが・ワサビ・はくさい・しめじ・ごぼう・にんじん・青ねぎ	みりん・濃口しょうゆ・煮干しだし・米みそ・麦みそ・ココア・ペーキングパウダー

# 1月 給食だより



## ～おせち料理について～

おせち料理は元々「御節供（おせちく）」の略で、季節の変わり目の「<sup>せつく</sup>節句」に神様にお供えする食べ物でした。正月が一番重要な節句であることから、おせち料理→正月料理となりました。

おせち料理は家族の幸せを願う縁起ものの料理でもあり、食材にはひとつひとつおめでたい意味やいわれがあります。（意味や由来などについては諸説あります）

<p><b>黒豆</b> まめ（まじめ・健康）に暮らせるようにと、邪気を払い、無病息災を願います。</p> 	<p><b>栗きんとん</b> 栗は「勝ち栗」と呼ばれる縁起ものです。きんとん（金団）は金色の団子のこと、金銀財宝を意味し、金運を願います。</p> 	<p><b>昆布巻き</b> 養老昆布（よろこぶ）にかけて不老長寿、また子生（こぶ）の字をあてて子孫繁栄を願います。</p> 
<p><b>田作り</b> 米作りの肥料としてカタクチイワシが使われたことから、豊年豊作を願います。</p> 	<p><b>数の子</b> ニシンは卵が多いことから、子宝と子孫繁栄を願います。</p> 	<p><b>ぶりの照り焼き</b> ぶりが出世魚であることにあやかり、出世を祈願します。博多雑煮にもぶりが入ります。</p> 
<p><b>紅白かまぼこ</b> 形が初日の出に似ていることからお祝いに使われます。紅は魔除け、白は清浄を表します。</p> 	<p><b>伊達巻き</b> 巻き込んだ形が巻物に似ていることから、文化の発展、教養をもつことを願います。</p> 	<p><b>海老</b> 長いひげをはやし、腰が曲がるまで丈夫という長寿を願います。</p> 
<p><b>紅白なます</b> 人参と大根で紅白のおめでたい色を表し、平和を願います。</p> 	<p><b>たたきごぼう</b> ごぼうが根をはるように、家族が今住んでいる場所に根付いて安心して暮らせますようにと願います。</p> 	<p><b>煮しめ</b> 根菜を中心とした野菜などを一緒に煮た煮しめは、家族が仲良く一緒に結ばれるという意味があります。</p> 

## ～お雑煮について～

お雑煮にはおもちが欠かせませんね。お餅は昔から正月や節句、お盆やお彼岸、祝い事や特別な日に食べる習慣があり、縁起の良い食べ物として現在まで伝えられてきました。このお餅とともに、地域の産物を年神様にお供えし、元日にそのお供えを煮いただくのがお雑煮です。「雑煮」の語源は、いろいろな具材を煮合わせた「煮雑（にまぜ）」からきているそうです。

お雑煮は、地域によって具材や味付けに違いがあり、雑煮を食べると故郷の味を思い出す人も多いのではないのでしょうか。

博多雑煮は、焼きあご（トビウオの干物）でとっただしに、ぶりとゆでた丸餅を入れます。そのほかに、かつお菜、かまぼこ、さといも、しいたけ、にんじんなどたくさんの具を入れ、塩やしょうゆで仕上げます。特にかつお菜は福岡に古くから伝わる野菜でぶりとともに博多雑煮には欠かせない具材です。



令和4年1月 離乳食献立例

(No. 1)

日	曜	初期 (生後5～6か月頃)	中期 (生後7～8か月頃)	後期 (生後9～11か月頃)		完了期 (生後12～18か月頃)	
		昼食	昼食	昼食	補食(午後)	昼食	補食(◎午前・午後)
4 ・ 18	火	つぶしがゆ たまねぎのすりつぶし にんじんのマッシュ じゃがいものマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 鶏ひき肉とたまねぎのそぼろ煮 にんじんのやわらか煮 じゃがいものみそ汁	軟飯 鶏ひき肉とたまねぎのそぼろ煮 ゆでにんじん じゃがいものみそ汁	豆乳かん	軟飯 豚肉とたまねぎの炒め物 ゆでにんじん 切干しだいこんのみそ汁(ｽｷﾞ入り)	◎牛乳 ◎せんべいorみかん スキムミルク 豆乳かん
5 ・ 19	水	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し ブロッコリーのすりつぶし はくさい葉先のすりつぶし 野菜スープ(だし汁)	七分がゆ 絹豆腐と野菜の煮物 (絹豆腐・たまねぎ・にんじん) ゆでブロッコリー(きざみ) はくさいのスープ(はくさい・小松菜葉先)	軟飯 絹豆腐と野菜の煮物 (絹豆腐・たまねぎ・にんじん) ゆでブロッコリー はくさいのスープ(はくさい・小松菜)	ふかしいも	軟飯 豆腐とチーズの卵焼き ゆでブロッコリー はくさいのスープ(ベーコンなし)	◎牛乳 ◎ウエハース 牛乳 ふかしいも
21	金	つぶしがゆ じゃがいものマッシュ すりおろしきゅうり トマトのマッシュ 野菜スープ(だし汁)	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜の煮物 すりおろしきゅうり トマト(きざみ) 野菜スープ	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとトマトのサラダ 野菜スープ	みかん	ロールパン(輪切り) ポトフ(だいこん) トマトとわかめのサラダ	◎牛乳 ◎せんべい 豆乳 みかん ウエハース
7 ・ 20	金 ・ 木	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し かぼちゃのマッシュ すりおろしきゅうり 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) かぼちゃのやわらか煮 すりおろしきゅうり 清汁(白玉ふ)	軟飯 白身魚の煮物 かぼちゃの煮物 ゆできゅうり(皮むき) 清汁(白玉ふ)	七草がゆorウエハース	軟飯 清汁(白玉ふ・えのきたけ) 煮魚 れんこんのサラダ	◎牛乳 ◎いちご 七草がゆorウエハース
8 ・ 22	土	つぶしがゆ にんじんのマッシュ たまねぎのすりつぶし 野菜スープ(だし汁) つぶしバナナ	煮込みうどん (鶏ささみ・たまねぎ・にんじん) あらつぶしバナナ	スープスパゲティ (鶏ささみ・たまねぎ・にんじん) うす切りバナナ	赤ちゃん用ボーロ	きのこのスープスパゲティ (ベーコンなし) バナナ	◎牛乳 ◎もも缶 牛乳 丸ボーロ
6 ・ 24	木 ・ 月	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し だいこんのやわらかマッシュ にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) だいこんのやわらか煮 みそ汁(たまねぎ・キャベツ・にんじん)	軟飯 鶏肉と大根の煮物 三平汁(青ねぎなし)	みかんor豆腐入りホットケーキ	軟飯 鶏肉と大根の煮物 三平汁(ｽｷﾞ入り)	◎牛乳 ◎せんべいorパイ缶 豆乳or飲むヨーグルト みかん、ウエハースor豆腐入りホットケーキ

日	曜	初期 (生後5～6か月頃)	中期 (生後7～8か月頃)	後期 (生後9～11か月頃)		完了期 (生後12～18か月頃)	
		昼食	昼食	昼食	補食(午後)	昼食	補食(◎午前・午後)
11 ・ 25	火	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し こまつな葉先のすりつぶし にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚のムニエル(ほぐす) こまつな葉先のやわらか煮 にんじんのやわらか煮 みそ汁(だいこん)	軟飯 白身魚のムニエル こまつなとにんじんの炒め煮 みそ汁(だいこん)	さつまいもの甘煮	軟飯 みそ汁(だいこん) 魚のマヨネーズ焼き こまつなとにんじんの炒め煮	◎牛乳 ◎せんべいorみかん缶 いもぜんざい
12 ・ 28	水 ・ 金	つぶしがゆ じゃがいものマッシュ たまねぎのすりつぶし ブロッコリーのすりつぶし 野菜スープ(だし汁)	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 ゆでブロッコリー(きざみ) 野菜スープ	パンがゆ 鶏ひき肉と野菜のトマト煮 ゆでブロッコリー 野菜スープ	豆乳ゼリー(ジャムなし)	ロールパン(輪切り) 牛肉と野菜のトマトシチュー カリフラワーとブロッコリーのサラダ	◎牛乳 ◎チーズ スキムミルク 豆乳ゼリー ウエハース
13 ・ 27	木	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 絹豆腐と野菜のやわらか煮 野菜スープ(たまねぎ・にんじん)	軟飯 絹豆腐と野菜の煮物 野菜スープ(たまねぎ・にんじん)	蒸しパン	軟飯 がんとどきのうま煮 もずくスープ	◎牛乳 ◎バナナ スキムミルク 蒸しパン
14 ・ 26	金 ・ 水	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し トマトのマッシュ ほうれんそう葉先のすりつぶし 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) トマト(きざみ) ほうれんそう葉先の煮物 清汁(白玉ふ)	軟飯 白身魚の煮物 トマト ほうれんそうの煮物 清汁(白玉ふ)	赤ちゃん用せんべい	軟飯 清汁(生しいたけ・白玉ふ) 白身魚の煮物 トマト ほうれんそうと卵のソテー	◎牛乳 ◎みかん缶orりんご 豆乳 レーズンクッキー
15 ・ 29	土	つぶしがゆ にんじんのマッシュ たまねぎのすりつぶし 野菜スープ(だし汁)	煮込みうどん (にんじん・たまねぎ) 赤ちゃん用ヨーグルト	煮込みうどん (にんじん・たまねぎ) 赤ちゃん用ヨーグルト	ぼんかん	煮込みうどん 赤ちゃん用ヨーグルト	◎牛乳 ◎せんべい 牛乳 ぼんかん ウエハース
17 ・ 31	月	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し にんじんのマッシュ はくさい葉先のすりつぶし 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) にんじんのやわらか煮 みそ汁(はくさい葉先)	軟飯 白身魚の煮物 ゆでにんじん みそ汁(はくさい)	米粉ケーキ	軟飯 白身魚の煮物 ゆでにんじん 五目みそ汁	◎牛乳 ◎パイン缶orみかん スキムミルク 米粉ケーキ

- ・ 乳児ポツリヌス症予防のため、はちみつは満1歳までは使用しないでください。
- ・ 牛乳を離乳食の調理に使うのは可能ですが、飲むのは満1歳を過ぎてからにしましょう。
- ・ 誤嚥や窒息を防ぐため、食事(おやつを含む)の際は水分(麦茶や水、汁物など)を適切に与えましょう。