

3月 給食だより

食事のマナー

食事は楽しい時間ですが、みんなが気持ちよく楽しく食事をするためには、食事のマナーも大切です。子どもと一緒に食卓を囲む中で、大人がマナーのお手本を見せてあげましょう。子どもは注意されてばかりいると食事が楽しくなくなってしまいます。「いけない」ことはきちんと伝え、上手にできた時にはたくさんほめてあげましょう。個人差はありますが、子どもは少しずつできるようになってきます。毎日の食事の中で、家庭でも根気よく、くりかえし伝えていきましょう。

確認してみましょう！～食事のマナー～

- ・食事前に手を洗う
- ・落ち着いて姿勢よく座って食べる
- ・「いただきます」「ごちそうさま」のあいさつをする
- ・残さずに食べるなど食べものを大切にする
- ・一緒に食べる人のことを思いやる

正しい姿勢とは

- ・テーブルに向かって真っすぐ座る
- ・胸とへその間にテーブルがくる高さで、テーブルとの間はこぶし1つ分程度開ける
- ・イスに深く腰掛け、背筋を伸ばす
- ・足裏がしっかり地面についている
(イスの高さは座布団やクッションで、足元も踏み台などを入れて調節できます。)

正しい姿勢で食べると噛む力がアップして、消化吸収もよくなり、食事もおいしく食べることができます。また、窒息・誤嚥の防止にもつながります。



食べ方について確認しましょう

食べ物を入れたら口を閉じて食べましょう。よく噛むことで口の中においしさが広がります。また、食べ物を入れたままおしゃべりするとポロポロこぼれる原因にもなります。

<p>食器は手に持って食べましょう</p>	<p>ごはんとおかずを順番に食べましょう</p>	<p>ひじをついて食べないようにしましょう</p>	<p>前かがみで食べないようにしましょう (犬ぐい)</p>

リクエスト給食

<p>△△△</p> <p>No.1 カレーライス</p> <p>No.2 から揚げ</p> <p>No.3 その他</p>	<p>△△△</p> <p>No.1 プリン・ア・ラ・モ</p> <p>No.2 かいふとう</p> <p>No.3 その他</p>
----------------------------------------------------------------	--------------------------------------------------------------------

ぐんじょう組に好きな給食とおやつアンケート取りました。給食では、カレーライスとから揚げが大多数を占め、おやつでは、プリン・ア・ラ・モードが半数以上で1位となりました。その他にはいろいろな果物が入っていました。3月のお誕生会やバイキング給食で子どもたちの意見を取り入れたメニューを予定しています。お楽しみに♪

2022年

3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
1	火 麦ごはん ミートローフ ゆでブロッコリー(25g) 小松菜と豆腐の清汁	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク りんご(50g) クッキー(15g)	牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・脱脂粉乳・木綿豆腐	せんべい・精白米・押麦・植物油・パン粉・三温糖・片栗粉・クッキー	たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ブロッコリー・こまつな・りんご	清酒・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ・かつお昆布だし・濃口しょうゆ・みりん
2	水 麦ごはん 魚の南蛮漬け サラダ菜(7g) 中華風コーンスープ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 豆乳 お好み焼き	牛乳・アサシズ・白身魚・鶏肉・調整豆乳・鶏卵・ロースハム・脱脂粉乳・あおのり	精白米・押麦・片栗粉・揚げ油・三温糖・植物油・ごま油・やまいも・小麦粉	青ねぎ・ナガな・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・カレーコロン缶・ホールコロン缶・ゆでたけのこ・乾しいたけ・キャベツ	清酒・かつおだし・食酢・濃口しょうゆ・烏がらだし・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ
3	木 ちらし寿司 松風焼き レタス(12g) 花麩とわかめの清汁	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク 3色ゼリー	牛乳・桜でんぶ・豚ひき肉・塩わかめ・脱脂粉乳・粉寒天・豆乳	ウエハース・精白米・三温糖・片栗粉・いり白ごま・花麩・三温糖	ホールコロン缶・きゅうり・にんじん・れんこん・しょうが・レタス・いちご	食塩・食酢・濃口しょうゆ・かつお昆布だし・抹茶
4	金 ぶどうパン 鶏のマリネ焼き ソテー(キャベツ) キャロットスープ	牛乳(未満児) パインアップル缶(缶)30g(未満児) スキムミルク わかめごはん(おやつ)	牛乳・鶏肉・ベーコン・脱脂粉乳・鶏肉・塩わかめ	ぶどうパン・三温糖・植物油・マーガリン・バター・小麦粉・精白米・麦	パインアップル缶・たまねぎ・しょうが・キャベツ・ピーマン・にんじん・パセリ	濃口しょうゆ・清酒・食塩・烏がらだし・みりん
5	土 肉うどん ヨーグルト(固形)	牛乳(未満児) いよかん70g(未満児) 牛乳 バナナ(75g) 丸ぼうろ	牛乳・牛肉・加糖ヨーグルト	干しうどん・植物油・三温糖・丸ぼうろ	いよかん・たまねぎ・にんじん・青ねぎ・バナナ	濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩・みりん
7	月 麦ごはん ひじき団子のスープ 菜の花和え	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク おからスコーン	牛乳・豚ひき肉・鶏卵・ひじき・脱脂粉乳・おから	精白米・押麦・片栗粉・じゃがいも・ごま油・すりごま・三温糖・ホットケキックス・バター	もも缶・青ねぎ・しょうが・にんじん・ブロッコリー・ホールコロン缶・ほうれんそう	食塩・煮干しだし・濃口しょうゆ
8	火 麦ごはん カレームニエル にんじんのグラッセ にら玉みそ汁	牛乳(未満児) いちご30g(未満児) スキムミルク マカロニのきな粉和え	牛乳・魚・鶏卵・脱脂粉乳・きな粉	精白米・押麦・小麦粉・マーガリン・バター・植物油・マカロニ・黒砂糖	いちご・にんじん・にら・たまねぎ・えのきたけ	食塩・白ウイ・カレー粉・煮干しだし・米みそ・麦みそ
9	水 麦ごはん 清汁(白玉ふ・えのきたけ) やまいもと牛肉の炒め煮 みそドレッシングサラダ	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク レーズンクッキー	牛乳・牛肉・まぐろ油漬缶・脱脂粉乳・鶏卵・豆乳	精白米・押麦・白玉ふ・やまいも・植物油・三温糖・小麦粉・マーガリン	バナナ・えのきたけ・青ねぎ・スタップえんどう・キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん・干しぶどう	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・清酒・食塩(塩もみ用)・米みそ・食酢・ペーキングパウダー
10	木	お楽しみメニュー				
11	金	バイキング				
12	土 シーフードスパゲティ オレンジ(75g)	牛乳(未満児) りんご40g(未満児) 牛乳 カステラ	牛乳・まぐろ油漬缶・冷凍えび・あさり水煮缶・粉チーズ	スパゲティ・植物油・カステラ	りんご・たまねぎ・にんじん・ピーマン・オレゾ	食塩・コンソメ・ガーリックパウダー
14	月 麦ごはん 大豆の五目煮 シャッキリみそ汁	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク 米粉の黒糖蒸しパン	牛乳・鶏もも・ゆでだいず・野菜昆布・脱脂粉乳・豆乳	ウエハース・精白米・押麦・じゃがいも・植物油・三温糖・米粉・黒砂糖	ごぼう・にんじん・さやいんげん・しょうが・もやし・だいこん・青ねぎ	煮干しだし・食塩・清酒・濃口しょうゆ・米みそ・麦みそ・ペーキングパウダー
15	火 麦ごはん ミートローフ ゆでブロッコリー(25g) 小松菜と豆腐の清汁	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク りんご(50g) クッキー(15g)	牛乳・牛ひき肉・豚ひき肉・鶏卵・脱脂粉乳・木綿豆腐	精白米・押麦・植物油・パン粉・三温糖・片栗粉・クッキー	バナナ・たまねぎ・にんじん・さやいんげん・ブロッコリー・こまつな・りんご	清酒・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ・かつお昆布だし・濃口しょうゆ・みりん

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	509	21.8	15.6	300	2.3	206	0.30	0.52	25	3.6	1.8
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

3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
16	水 麦ごはん 魚の南蛮漬け サラダ菜(7g) 中華風コンスープ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 豆乳 お好み焼き	牛乳・プロセチス・白身魚・鶏肉・調整豆乳・鶏卵・ロースハム・脱脂粉乳・あおのり	精白米・押麦・片栗粉・揚げ油・三温糖・植物油・ごま油・やまいも・小麦粉	青ねぎ・ササナ・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・クリームコーン缶・ホールコーン缶・ゆでたけのこ・乾しいたけ・キャベツ	清酒・かつおだし・食酢・濃口しょうゆ・鳥がらだし・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ
17	木 麦ごはん 清汁(豆腐・たまねぎ) 魚のみそ煮 中華風精進炒め	牛乳(未満児) パインアップル(缶)30g(未満児) スキムミルク 白桃ゼリー ウエハース	牛乳・木綿豆腐・魚・油揚げ・脱脂粉乳・粉寒天	精白米・押麦・三温糖・ごま油・すりごま・缶詰シロップ・ウエハース	パインアップル缶・たまねぎ・青ねぎ・しょうが・さやいんげん・ホールコーン缶・糸こんにゃく・れんこん・にんじん・ほうれんそう・しめじ・白桃缶	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・赤色辛みそ・清酒
18	金 ぶどうパン 鶏のマリネ焼き ソテー(キャベツ) キャロットスープ	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク わかめごはん(おやつ)	牛乳・鶏肉・ベーコン・脱脂粉乳・鶏肉・塩わかめ	せんべい・ぶどうパン・三温糖・植物油・マーガリン・バター・小麦粉・精白米・麦	たまねぎ・しょうが・キャベツ・ピーマン・にんじん・パセリ	濃口しょうゆ・清酒・食塩・鳥がらだし・みりん
19	土 肉うどん ヨーグルト(固形)	牛乳(未満児) いよかん70g(未満児) 牛乳 バナナ(75g) 丸ぼうろ	牛乳・牛肉・加糖ヨーグルト	干しうどん・植物油・三温糖・丸ぼうろ	いよかん・たまねぎ・にんじん・青ねぎ・バナナ	濃口しょうゆ・かつお昆布だし・食塩・みりん
22	火 麦ごはん カレームニエル にんじんのグラッセ にら玉みそ汁	牛乳(未満児) せんべい7g(未満児) スキムミルク マカロニのきな粉和え	牛乳・魚・鶏卵・脱脂粉乳・きな粉	せんべい・精白米・押麦・小麦粉・マーガリン・バター・植物油・マカロニ・黒砂糖	にんじん・にら・たまねぎ・えのきたけ	食塩・白ワイン・カレー粉・煮干しだし・米みそ・麦みそ
23	水 麦ごはん 清汁(白玉ふ・えのきたけ) やまいもと牛肉の炒め煮 みそドレッシングサラダ	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク レーズンクッキー	牛乳・牛肉・まぐろ油漬缶・脱脂粉乳・鶏卵・豆乳	精白米・押麦・白玉ふ・やまいも・植物油・三温糖・小麦粉・マーガリン	バナナ・えのきたけ・青ねぎ・オリーブオイル・キャベツ・もやし・きゅうり・にんじん・干しぶどう	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・清酒・食塩(塩もみ用)・米みそ・食酢・ベーキングパウダー
24	木 麦ごはん 高野豆腐のそぼろ煮 清汁(かまぼこ)	牛乳(未満児) いちご30g(未満児) 豆乳 大学いも	牛乳・高野豆腐・豚ひき肉・かまぼこ・塩わかめ・調整豆乳	精白米・押麦・ごま油・三温糖・片栗粉・さつまいも・揚げ油・黒ごま	いちご・にんじん・乾しいたけ・たまねぎ・さやいんげん・しょうが・えのきたけ	しいたけだし・煮干しだし・濃口しょうゆ・清酒・みりん・かつお昆布だし・食塩
25	金 ロールパン えびフライ レタス(12g) トマトスープ(かぼちゃ)	牛乳(未満児) キウイフルーツ50g(未満児) スキムミルク いちご(50g) クラッカー(15g)	牛乳・えび・鶏卵・豚肉・脱脂粉乳	ロールパン・小麦粉・パン粉・揚げ油・植物油・クラッカー	キウイフルーツ・レタス・トマト・トマト缶・たまねぎ・かぼちゃ・にんじん・セロリ・パセリ・いちご	食塩・こしょう・鳥がらだし・ローリエ
26	土 シーフードスバゲティ オレンジ(75g)	牛乳(未満児) りんご40g(未満児) 牛乳 カステラ	牛乳・まぐろ油漬缶・冷凍えび・あさり水煮缶・粉チーズ	スバゲティ・植物油・カステラ	りんご・たまねぎ・にんじん・ピーマン・オリーブ	食塩・コンソメ・ガーリックパウダー
28	月 麦ごはん 大豆の五目煮 シャッキリみそ汁	牛乳(未満児) ウエハース7g(未満児) スキムミルク 米粉の黒糖蒸しパン	牛乳・鶏もも・ゆでだいず・野菜昆布・脱脂粉乳・豆乳	ウエハース・精白米・押麦・じゃがいも・植物油・三温糖・米粉・黒砂糖	ごぼう・にんじん・さやいんげん・しょうが・もやし・だいこん・青ねぎ	煮干しだし・食塩・清酒・濃口しょうゆ・米みそ・麦みそ・ベーキングパウダー
29	火 麦ごはん ひじき団子のスープ 菜の花和え	牛乳(未満児) もも(缶)30g(未満児) スキムミルク おからスコーン	牛乳・豚ひき肉・鶏卵・ひじき・脱脂粉乳・おから	精白米・押麦・片栗粉・じゃがいも・ごま油・すりごま・三温糖・ホットケミックス・バター	もも缶・青ねぎ・しょうが・にんじん・ブロッコリー・ホールコーン缶・ほうれんそう	食塩・煮干しだし・濃口しょうゆ
30	水 麦ごはん 魚の南蛮漬け サラダ菜(7g) 中華風コンスープ	牛乳(未満児) チーズ10g(未満児) 豆乳 お好み焼き	牛乳・プロセチス・白身魚・鶏肉・調整豆乳・鶏卵・ロースハム・脱脂粉乳・あおのり	精白米・麦・片栗粉・揚げ油・三温糖・植物油・ごま油・やまいも・小麦粉	青ねぎ・ササナ・にんじん・たまねぎ・ほうれんそう・クリームコーン缶・ホールコーン缶・ゆでたけのこ・乾しいたけ・キャベツ	清酒・かつおだし・食酢・濃口しょうゆ・鳥がらだし・食塩・ウスターソース・トマトケチャップ
31	木 麦ごはん 清汁(豆腐・たまねぎ) 魚のみそ煮 中華風精進炒め	牛乳(未満児) バナナ75g(未満児) スキムミルク 白桃ゼリー ウエハース	牛乳・木綿豆腐・魚・油揚げ・脱脂粉乳・粉寒天	精白米・押麦・三温糖・ごま油・すりごま・缶詰シロップ・ウエハース	バナナ・たまねぎ・青ねぎ・しょうが・さやいんげん・ホールコーン缶・糸こんにゃく・れんこん・にんじん・ほうれんそう・しめじ・白桃缶	煮干しだし・食塩・濃口しょうゆ・赤色辛みそ・清酒

令和4年3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)
1 ・ 15	火	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 こまつな葉先のすりつぶし 清汁(だし汁)	七分がゆ 絹豆腐の煮物 ゆでブロッコリー 清汁(こまつな葉先・にんじん)	軟飯 絹豆腐のそぼろ煮 ゆでブロッコリー 清汁(こまつな・にんじん)	りんごのコンポート	ご飯 ミートローフ ゆでブロッコリー 小松菜と豆腐の清汁	◎牛乳 ◎せんべいorバナナ スキムミルク りんご クッキー
2 ・ 16 ・ 30	水	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し たまねぎのすりつぶし にんじんのマッシュ 裏ごしコーンスープ	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) たまねぎのやわらか煮 にんじんのやわらか煮 クリームコーンスープ	軟飯 白身魚の煮物 たまねぎの煮物 ゆでにんじん クリームコーンスープ	野菜のおやき	ご飯 白身魚の煮物 ゆでにんじん 中華風コーンスープ (たけのこなし)	◎牛乳 ◎チーズ 豆乳 野菜のおやき
4 ・ 18	金	つぶしがゆ キャベツのすりつぶし 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)	パンがゆ 鶏ささみとたまねぎのやわらか煮 ポイルキャベツ(きざみ) 野菜スープ(にんじん)	パンがゆ 鶏ささみとたまねぎの煮物 キャベツのソテー キャロットスープ (パセリ・ベーコンなし)	ぞうすい	パン(輪切り) 鶏のマリネ焼き(食べやすく切る) ソテー(キャベツ) キャロットスープ(ベーコンなし)	◎牛乳 ◎パイン缶orせんべい スキムミルク わかめごはん
17 ・ 31	木	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し ほうれんそう葉先のすりつぶし にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 白身魚の煮物(ほぐす) ほうれんそう葉先の煮物 にんじんのやわらか煮 清汁(絹豆腐・たまねぎ)	軟飯 白身魚の煮物 ほうれんそうの炒め煮 ゆでにんじん 清汁(絹豆腐・たまねぎ)	赤ちゃん用せんべい	ご飯 清汁(豆腐・たまねぎ) 魚のみそ煮 中華風精進炒め	◎牛乳 ◎ウエハースorパイン缶orバナナ スキムミルク 白桃ゼリー
5 ・ 19	土	つぶしがゆ たまねぎのすりつぶし にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	煮込みうどん (たまねぎ・にんじん) 赤ちゃん用ヨーグルト	煮込みうどん (たまねぎ・にんじん) 赤ちゃん用ヨーグルト	バナナ	肉うどん ヨーグルト	◎牛乳 ◎いよかん 牛乳 バナナ
7 ・ 29	月 ・ 火	つぶしがゆ じゃがいものマッシュ ブロッコリーのすりつぶし ほうれんそう葉先のすりつぶし 清汁(だし汁)	七分がゆ じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチすりつぶし・じゃがいも・ブロッコリー) ほうれんそう葉先の煮物 清汁(にんじん)	軟飯 じゃがいものそぼろ煮 (鶏ミンチ・じゃがいも・ブロッコリー) ほうれんそうの和え物 清汁(にんじん)	ホットケーキ	ご飯 ひじき団子のスープ 菜の花和え	◎牛乳 ◎もも缶 スキムミルク おからスコーン

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)
8 ・ 22	火	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し にんじんのマッシュ たまねぎのすりつぶし 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 (たまねぎ)	軟飯 白身魚のムニエル ゆでにんじん みそ汁 (たまねぎ)	マカロニのきな粉和え (砂糖は三温糖を使用)	ご飯 白身魚のムニエル にんじんのグラッセ にら玉みそ汁	◎牛乳 ◎いちごorせんべい スキムミルク マカロニのきな粉和え (砂糖は三温糖を使用)
9 ・ 23	水	つぶしがゆ キャベツのすりつぶし すりおろしきゅうり 清汁(だし汁)	七分がゆ 鶏ささみのやわらか煮 ポイルキャベツ(きざみ) すりおろしきゅうり 清汁(白玉ふ)	軟飯 鶏ささみの煮物 キャベツときゅうりの和え物 清汁(白玉ふ)	赤ちゃん用クッキー	ご飯 清汁(白玉ふ・えのきたけ) 牛肉の炒め煮 みそドレッシングサラダ	◎牛乳 ◎バナナ スキムミルク レーズンクッキー
25	金	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し かぼちゃのマッシュ トマトのマッシュ 野菜スープ(だし汁)	パンがゆ 白身魚の煮物(ほぐす) かぼちゃのやわらか煮 野菜スープ (トマト・たまねぎ・にんじん)	パンがゆ 白身魚の煮物 かぼちゃの煮物 野菜スープ (トマト・たまねぎ・にんじん)	ウエハース	パン(輪切り) 白身魚の煮物 ゆでレタス トマトスープ(かぼちゃ)	◎牛乳 ◎せんべい スキムミルク いちご ウエハース
24	木	つぶしがゆ 絹豆腐のすり流し たまねぎのすりつぶし にんじんのマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 絹豆腐の煮物 たまねぎのやわらか煮 にんじんのやわらか煮 とろとろわかめの清汁	軟飯 高野豆腐のくず煮 (すりおろし高野豆腐・たまねぎ・にんじん) とろとろわかめの清汁	蒸し芋	ご飯 高野豆腐のそぼろ煮 清汁	◎牛乳 ◎いちご 豆乳 蒸し芋
12 ・ 26	土	つぶしがゆ たまねぎのすりつぶし にんじんのマッシュ 野菜スープ(だし汁)	七分がゆ ツナ(水煮缶)とじゃがいものやわらか煮 野菜スープ (たまねぎ・にんじん・ピーマン)	軟飯 ツナ(水煮缶)とじゃがいもの煮物 野菜スープ (たまねぎ・にんじん・ピーマン)	赤ちゃん用ボーロ	ツナのパゲティ (ツナ水煮缶・たまねぎ・にんじん・ピーマン) オレンジ	◎牛乳 ◎りんご 牛乳 赤ちゃん用ボーロ
14 ・ 28	月	つぶしがゆ じゃがいものマッシュ にんじんのマッシュ だいこんのやわらかマッシュ 清汁(だし汁)	七分がゆ 鶏ささみと野菜のやわらか煮 (鶏ささみ・じゃがいも・にんじん) みそ汁(だいこん)	軟飯 鶏ささみと野菜の煮物 (鶏ささみ・じゃがいも・にんじん) みそ汁(だいこん)	蒸しパン	ご飯 鶏肉と野菜の煮物 シャッキリみそ汁	◎牛乳 ◎ウエハース スキムミルク 蒸しパン

・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。

