

	月曜日	火曜日	水曜日	木曜日	金曜日	土曜日
午前	1	2	3	4	5	6
昼食	やわらかごはん 玉ねぎのみそ汁 鮭の塩焼き ナムル野菜	やわらかごはん なめこのみそ汁 鶏のジャム煮 コールスローサラダ	やわらかごはん 豚汁 タラの甘煮 もやしの華風サラダ	やわらかごはん すまし汁 豚肉と玉ねぎの炒め物 キャベツのゆかり和え	やわらかごはん 豆腐のみそ汁 さんまのレモン煮 サラスパサラダ	やわらかきのこうどん ほうれん草のおひたし
午前	8	9	10	11	12	13
昼食	やわらかごはん さつま汁 鮭の塩こうじ焼き 春雨サラダ	やわらかごはん 花ふのみそ汁 豚しゃぶ 三色ごま和え	やわらか焼きそば 野菜スープ さつま芋のレモン煮	やわらかごはん もやしのみそ汁 ホッケの塩焼き 小松菜のコーン炒め	やわらかごはん えのきとわかめのみそ汁 麻婆豆腐 ブロッコリーのおひたし	やわらかにゅう麺 小松菜のおひたし
午前	15	16	17	18	19	20
昼食	(海の日) 	やわらかごはん 大根のみそ汁 タラの甘煮 切り干し大根の炒め煮	やわらかごはん きのこスープ ひき肉の野菜炒め煮 焼きポテト	やわらかごはん なすのみそ汁 タラの西京漬け焼き ひじき炒め煮	やわらかごはん スープ 鶏の甘煮 ごまドレサラダ	やわらかたぬきうどん 小松菜と人参の和え物
午前	22	23	24	25	26	27
昼食	やわらかごはん キャベツのみそ汁 さんまのレモン煮 もやしの中華サラダ	やわらかごはん わかめと油揚げのみそ汁 鶏のごまみそ焼き キャベツの塩昆布和え	やわらかそうめん しゅうまい	やわらかごはん かぶのみそ汁 鶏焼き肉 ほうれん草のじゃこ和え	やわらかごはん もやしスープ ハンバーグ ポテトサラダ	とり丼 わかめのみそ汁
午前	29	30	31	<p>✧ 手づかみ食べも大事な成長 ✧</p> <p>食べ物に手をのばし、つかんだものを口に運ぼうとし始めます。このころの手づかみの体験が「自分で食べたい」意欲を育てます。持った物の感触からその重さや軟らかさをはかり、力の入れ具合を調整したり、手のひら、指の腹、指先の使い分けを学習したり、口への運び方を工夫したりとさまざまな力を獲得します。 たっぷり手づかみした手はスプーンを上手く使える手にもなります。</p>  		
昼食	豚玉煮丼 野菜スープ マカロニサラダ	やわらかごはん 青菜のみそ汁 チンジャオロース かぼちゃの甘煮	やわらかごはん 麺スープ スコップメンチカツ ブロッコリーのおかか和え			

