

# 3月 給食献立表



令和6年

日	曜	星 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
1	金	鮭ご飯 すまし汁(菜の花、麩) 鶏のから揚げ キャベツのごま和え ゼリー	カルピス ひな祭りケーキ	しるさげ・木綿豆腐・かつお削り節 鶏もも・たまご・クリーム 乳酸菌飲料	米・三温糖・焼きふ・かたくり粉 ココア 調合油・ごま・薄力粉・車糖 有塩バター・いちごジャム、りんごジャム グラニュー糖、ひばあめ	にんじん・スイートコーン・さやいんげん 和種なばな・ま昆布・にんにく・しょうが キャベツ・えのきたけ・ぶどう飲料 オレンジ飲料・寒天・いちご
2	土	味噌豚丼 白菜とベーコンのスープ ブロッコリーのおかか和え 清見オレンジ	麦茶 人参おにぎり	豚かたろース・淡色辛みそ・ベーコン かつお削り節・ウインナー	米・ごま油・三温糖	たまねぎ・しょうが・はくさい・ぶなしめじ ブロッコリー・にんじん・スイートコーン缶詰 バレンシアオレンジ
4	月	チキンカレーライス もやしのスープ キャベツとコーンのサラダ ヨーグルト	牛乳 肉うどん	鶏もも・木綿豆腐・ヨーグルト 普通牛乳・豚もも	米・調合油・じゃがいも・三温糖・うどん カレーレク	たまねぎ・にんじん・ブラックマッペもやし 生わかめ・キャベツ・スイートコーン缶詰・きゅうり ほうれんそう・根深ねぎ
5	火	ごはん みそ汁(なめこ) カジキのステーキ風 五目ビーフン せとか	牛乳 大学芋	木綿豆腐・淡色辛みそ・かつお削り節 めかじき・豚ばら・普通牛乳	米・かたくり粉・調合油・三温糖 ビーフン・さつまいも・ごま	なめこ・根深ねぎ・たまねぎ・キャベツ にんじん・生しいたけ・青ピーマン バレンシアオレンジ
6	水	ごはん みそ汁(小松菜) ごま焼肉 かぼちゃと刻み昆布の煮物 りんご	牛乳 混ぜご飯おにぎり	木綿豆腐・かつお削り節・淡色辛みそ 豚ロース・普通牛乳・油揚げ	米・三温糖・調合油・ごま	ごまつな・生わかめ・たまねぎ・にんにく 西洋かぼちゃ・刻み昆布・りんご・ごぼう にんじん
7	幼 木	チーズバーガー(乳白パン) キャベツスープ(4-5人分) マカロニサラダ フライドポテト ジュース	麦茶 手作りパフェ フルーツヨーグルト(0歳児)	豚ひき肉・豆乳・プロセスチーズ クリーム・アイスクリーム・ヨーグルト	コッペパン・パン粉・マカロニ・スパゲティ 調合油・三温糖・マヨネーズ・じゃがいも コーンフレーク・車糖 かぼちゃチョコレート	たまねぎ・レタス・キャベツ・にんじん きゅうり・スイートコーン缶詰・あおのり りんご飲料・ぶどう飲料・みかん缶詰 バナナ
8	金	ごはん 千切り野菜のすまし汁 鮭の幽庵焼き うの花 バナナ	牛乳 きな粉揚げパン	かつお削り節・しるさげ・おから 油揚げ・普通牛乳・きな粉	米・三温糖・調合油・コッペパン	大根・にんじん・さやえんどう・ま昆布・ゆず ゆず・乾しいたけ・根深ねぎ・バナナ
9	土	焼き鳥丼 青梗菜とベーコンのスープ キャベツの煮びたし 清見オレンジ	麦茶 しらすおにぎり	鶏もも・ベーコン・油揚げ・しらす干し	米・三温糖・車糖・ごま油・ごま	根深ねぎ・さやいんげん・焼きのり・しょうが チンゲンサイ・ぶなしめじ・キャベツ にんじん・バレンシアオレンジ
11	月	マーボー丼 わかめスープ もやしのナムル バナナ	牛乳 中華そば	木綿豆腐・豚ひき肉・淡色辛みそ 豆みそ・普通牛乳・豚かたろース	米・ごま油・三温糖・かたくり粉・ごま 中華めん	たまねぎ・根深ねぎ・しょうが・にんにく・にら 生わかめ・えのきたけ・きゅうり・にんじん ブラックマッペもやし・バナナ・ごまつな スイートコーン
12	火	ごはん すまし汁(白菜) 豚肉のみそ焼き ブロッコリーの塩炒め でごぼん	牛乳 芋フライ(栃木)	かつお削り節・豚かたろース 淡色辛みそ・普通牛乳	米・調合油・ごま油・じゃがいも 薄力粉・パン粉	まいたけ・はくさい・ま昆布・しょうが ブロッコリー・たまねぎ・ぶなしめじ スイートコーン缶詰・バレンシアオレンジ
13	水	ごはん みそ汁(豆腐) サワラのネギソース 炒りどり ヨーグルト	牛乳 ジャムサンド	木綿豆腐・淡色辛みそ・かつお削り節 煮干し・さわら・鶏もも・ヨーグルト 普通牛乳	米・かたくり粉・調合油・三温糖・ごま油 食パン・いちごジャム	生わかめ・根深ねぎ・しょうが・にんじん 乾しいたけ・たけのこ・ごぼう・さやいんげん
14	木	クロワッサン コーンスープ 鶏肉のアップルジンジャー コールスロー フルーツボンチ	牛乳 クッキー	かつお削り節・しるさげ・たまご 普通牛乳・鶏もも・たまご	クロワッサン・りんごジャム・三温糖 調合油・マヨネーズ・薄力粉・有塩バター ココア	たまねぎ・スイートコーン缶詰・しょうが・にんにく レモン・キャベツ・きゅうり・にんじん スイートコーン缶詰・もも缶詰 パイナップル缶詰・りんご・バナナ みかん缶詰
15	金	ごはん ぶた汁 カレイの照り焼き れんこんとベーコンの炒め煮 バナナ	牛乳 チーズおにぎり	豚もも・生揚げ・淡色辛みそ・まがれい ベーコン・普通牛乳・かつお削り節 プロセスチーズ	米・さといも・三温糖	大根・ごぼう・にんじん・こねぎ・れんこん さやいんげん・バナナ
16	土	ごはん 豆腐スープ 鮭の生姜焼き ほうれん草のおかか和え 清見オレンジ	麦茶 わかめおにぎり	木綿豆腐・しるさげ・かつお削り節	米・三温糖	生わかめ・根深ねぎ・しょうが・ほうれんそう キャベツ・にんじん・バレンシアオレンジ
18	月	ハヤシライス かぶのスープ もやしのサラダ バナナ	牛乳 雑炊	豚もも・油揚げ・普通牛乳・鶏もも	米・調合油・ごま油・三温糖・ごま ハヤシレク	たまねぎ・にんじん・エリンギ・トマト缶詰 かぶ・かぶ・にんじん・きゅうり ブラックマッペもやし・バナナ・ほうれんそう
19	火	人参ごはん ミネストローネ カジキのムニエル ごぼうサラダ ジュース・フルーツ	牛乳 バナナパイ	ウインナー・ベーコン・めかじき 普通牛乳・たまご・クリーム	米・かたくり粉・調合油・三温糖 マヨネーズ・ごま・パイ皮	にんじん・キャベツ・セロリ・たまねぎ トマト缶詰・レモン・ごぼう・スイートコーン缶詰 バレンシアオレンジ・バナナ
21	木	わかめごはん みそ汁(大根) 鶏肉のゆずソース 白菜のお浸し ヨーグルト	牛乳 コーンマヨトースト	油揚げ・かつお削り節・淡色辛みそ 鶏もも・ヨーグルト・普通牛乳 ウインナー	米・ごま・かたくり粉・調合油・三温糖 食パン・マヨネーズ	わかめ・大根・大根・ゆず・ゆず・はくさい にんじん・きゅうり・ブラックマッペもやし スイートコーン缶詰・たまねぎ・青ピーマン ミニトマト
22	金	ごはん みそ汁(じゃが芋) サバの照り焼き 海苔酢和え 清見オレンジ	牛乳 温そうめん	かつお削り節・淡色辛みそ・まがれい まぐろ缶詰・普通牛乳・鶏もも	米・じゃがいも・三温糖 そうめん・ひやむぎ	たまねぎ・こねぎ・ブラックマッペもやし にんじん・ほうれんそう・焼きのり バレンシアオレンジ・根深ねぎ・ま昆布
23	土	豚丼 えのきたけ豆腐のスープ キャベツのじょうろ和え バナナ	麦茶 ツナそばおにぎり	豚かたろース・木綿豆腐・まぐろ缶詰 しらす	米・三温糖・調合油・ごま	たまねぎ・しょうが・にんにく・えのきたけ にんじん・こねぎ・ブロッコリー・キャベツ バナナ
25	月	三色丼 すまし汁(かぶ) 小松菜ともやしの和え物 ヨーグルト	牛乳 焼きそば	鶏ひき肉・たまご・かつお削り節 油揚げ・ヨーグルト・普通牛乳・豚もも	米・三温糖・調合油・中華めん	さやいんげん・かぶ・ぶなしめじ・ま昆布 ごまつな・にんじん・ブラックマッペもやし キャベツ・りよとくもやし・青ピーマン あおのり
26	火	ごはん みそ汁(たまねぎ、わかめ) 鮭の照り焼き 切干大根の煮物 清見オレンジ	牛乳 スイートポテト	油揚げ・淡色辛みそ・しるさげ 普通牛乳・クリーム・たまご	米・車糖・調合油・三温糖・さつまいも 有塩バター	たまねぎ・こねぎ・切干しいたけ・にんじん さやいんげん・乾しいたけ バレンシアオレンジ
27	水	ぶどうパン クリームシチュー 豚肉のマーメレード焼き りんごサラダ バナナ	牛乳 ひじきおにぎり	鶏むね・普通牛乳・豚かたろース まぐろ缶詰・豚かたろース・油揚げ 三温糖・米	ぶどうパン・じゃがいも・薄力粉 有塩バター・マーメレード・調合油 三温糖・米	にんじん・たまねぎ・ブロッコリー・キャベツ きゅうり・りんご・バナナ・にんじん ほしひじき
28	木	茶飯 すまし汁(ほうれん草) カレイのみりん焼き 筑前煮 りんご	牛乳 米粉ドーナツ	かつお削り節・まがれい・鶏もも 普通牛乳・絹ごし豆腐・豆乳・きな粉	米・ごま・ごま油・三温糖・米粉 コーンスクーチ・調合油・グラニュー糖 ココア	ま昆布・えのきたけ・ほうれんそう・にんじん ごぼう・乾しいたけ・れんこん・たけのこ さやいんげん・りんご
29	金	ごはん ジュリエントースト ハンバーグ ポテトサラダ でごぼん	牛乳 ココアクリームサンド	豚ひき肉・豆乳・普通牛乳	米・パン粉・じゃがいも・調合油 三温糖・マヨネーズ・食パン・かたくり粉 ココア	たまねぎ・にんじん・セロリ・きゅうり スイートコーン缶詰・バレンシアオレンジ
30	土	すき焼き丼 大根スープ ブロッコリーのごま和え 清見オレンジ	麦茶 チャーハン風おにぎり	豚もも・焼き豆腐・しらす干し	米・三温糖・ごま・ごま油	根深ねぎ・大根・えのきたけ・ブロッコリー キャベツ・にんじん・バレンシアオレンジ

お別れ  
会食

誕生会

お別れ遠足

お別れ会食はくまグループさんのリクエストメニューです。 \*仕入れの都合などにより、献立が変更になることがあります。

他の日にも、くまグループさんのリクエストがあったメニューを多くとりれています。 \*延長のお子さんには、お菓子和茶が出ます。

お別れ遠足・・・くまグループは給食代替えとして、くるくるパン(いちご)、お菓子(ポテトスティック、ミレービスケット)がです。

3月4日収穫した大根でたくあんを作りました。食べごろになった時に提供します。

1日(金)ひな祭りケーキ 自分で食べるケーキに作りか、いちご、ひばあめをトッピングします。(幼児)

2日(木)コーンマヨトースト 自分で具材をトッピングします。(くまグループ)

3日(水)散歩時にゼリーが出来ます。(乳児クラス)

一日平均給与量	エネルギー	脂質	たんぱく質
幼児	567kcal	17.0g	23.6g
乳児	454kcal	14.0g	19.0g

《後期食》  
令和6年 3月 離乳食献立表

日にち	曜日	午前の食事	おやつ	
1	金	5倍がゆ すまし汁(菜の花) 鶏のほぐし煮 キャベツの煮浸し	豆腐・菜の花 鶏肉 キャベツ・人参・えのき	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
2	土	味噌豚丼(5倍がゆ) スープ(白菜) ブロッコリーのおかか煮	豚肉・玉ねぎ 白菜・しめじ ブロッコリー・人参・コーン・おかか	おかゆ・麦茶 米・鶏肉・人参
4	月	鶏肉と野菜の旨煮丼(5倍がゆ) スープ(もやし) キャベツとコーンのやわらか煮	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参 もやし・豆腐・わかめ キャベツ・人参・コーン・きゅうり	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・ほうれん草・ねぎ
5	火	5倍がゆ みそ汁(なめこ) カジキのほぐし煮 肉野菜炒め煮	豆腐・なめこ・ねぎ カジキ・玉ねぎ 豚肉・キャベツ・人参・しいたけ・ピーマン	お焼き・麦茶 さつまい芋・片栗粉
6	水	5倍がゆ みそ汁(小松菜) 肉団子煮 かぼちゃの煮物	豆腐・小松菜・わかめ 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 かぼちゃ	おかゆ・麦茶 米・人参・油揚げ
7	木	5倍がゆ スープ(キャベツ) ハンバーグ さつまい芋のマッシュ	キャベツ・玉ねぎ・人参 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 さつまい芋・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
8	金	5倍がゆ すまし汁(大根) 鮭のほぐし煮 じゃが芋の煮物	大根・人参・絹さや 鮭 じゃが芋・人参・油揚げ・ねぎ	おかゆ・麦茶 米・鶏肉・かぼちゃ
9	土	焼き鳥丼(5倍がゆ) スープ(チンゲン菜) キャベツの煮浸し	鶏肉・ねぎ・いんげん チンゲン菜・しめじ キャベツ・人参・油揚げ	おかゆ・麦茶 米・しらす
11	月	マーボー丼(5倍がゆ) スープ(わかめ) もやしのおかか煮	豆腐・豚肉・玉ねぎ・ねぎ・にら わかめ・ねぎ・えのき きゅうり・人参・もやし・おかか	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・ねぎ・小松菜 コーン
12	火	5倍がゆ すまし汁(白菜) 肉団子煮 ブロッコリーの炒め煮	白菜・まいたけ 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 ブロッコリー・玉ねぎ・しめじ・コーン	お焼き・麦茶 じゃが芋・片栗粉
13	水	5倍がゆ みそ汁(豆腐) 鮭のほぐし煮 じゃが芋の煮物	豆腐・わかめ・ねぎ 鮭 じゃが芋・鶏肉・人参・いんげん	おかゆ・麦茶 米・豚肉・ほうれん草
14	木	5倍がゆ スープ(コーン) 鶏肉のほぐし煮 キャベツのやわらか煮	コーン・玉ねぎ・豆乳 鶏肉 キャベツ・きゅうり・玉ねぎ・人参・コーン	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
15	金	5倍がゆ ぶた汁 カレーのほぐし煮 かぼちゃの煮物	豚肉・大根・人参・生揚げ・こねぎ カレー かぼちゃ・いんげん	おかゆ・麦茶 米・おかか・しらす
16	土	5倍がゆ スープ(豆腐) 鮭のほぐし煮 ほうれん草のおかか煮	豆腐・わかめ・ねぎ 鮭 ほうれん草・人参・キャベツ・おかか	おかゆ・麦茶 米・わかめ
18	月	豚肉と野菜の旨煮丼(5倍がゆ) スープ(かぶ) もやしの煮浸し	豚肉・玉ねぎ・人参・エリンギ・トマト かぶ・玉ねぎ・人参 きゅうり・人参・もやし・ごま・油揚げ	おかゆ・麦茶 米・鶏肉・人参・ほうれん草
19	火	人参ご飯(5倍がゆ) ミネストローネ カジキのほぐし煮 ポテトのマッシュ	人参・キャベツ・セロリ・玉ねぎ・人参・トマト カジキ じゃが芋・人参・コーン	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
21	木	わかめご飯(5倍がゆ) みそ汁(大根) 鶏肉のほぐし煮 白菜のお浸し	わかめ・大根・油揚げ 鶏肉 白菜・人参・きゅうり・もやし・おかか	おかゆ・麦茶 米・豚肉・ほうれん草
22	金	5倍がゆ みそ汁(じゃが芋) カレーのほぐし煮 ほうれん草とツナのやわらか煮	じゃが芋・玉ねぎ・こねぎ カレー ほうれん草・もやし・人参・ツナ	煮込みうどん・麦茶 うどん・人参・玉ねぎ・鶏肉・ねぎ
23	土	豚丼(5倍がゆ) スープ(えのき) キャベツのじゃこ煮	豚肉・玉ねぎ えのき・豆腐 キャベツ・人参・ブロッコリー・しらす	おかゆ・麦茶 米・ツナ
25	月	三色丼(5倍がゆ) すまし汁(かぶ) 小松菜ともやしの煮浸し	鶏肉・鮭・いんげん かぶ・しめじ 小松菜・人参・もやし・油揚げ	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・人参・キャベツ もやし・ピーマン
26	火	5倍がゆ みそ汁(玉ねぎ) 鮭のほぐし煮 大根の煮物	玉ねぎ・油あげ・こねぎ 鮭 大根・人参・いんげん・油揚げ	お焼き・麦茶 さつまい芋・片栗粉
27	水	5倍がゆ 豆乳シチュー 肉団子煮 キャベツの煮浸し	鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・豆乳 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 キャベツ・きゅうり・ツナ	おかゆ・麦茶 米・人参・豚肉・油揚げ
28	木	5倍がゆ すまし汁(ほうれん草) カレーのほぐし煮 じゃが芋の煮物	えのき・ほうれん草 カレー じゃが芋・鶏肉・人参・いんげん	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
29	金	5倍がゆ スープ(人参) ハンバーグ ポテトのマッシュ	玉ねぎ・人参・セロリ・パセリ 豚肉・玉ねぎ・パン粉・豆乳 じゃが芋・人参・きゅうり・玉ねぎ・コーン	おかゆ・麦茶 米・わかめ・おかか
30	土	すき焼き丼(5倍がゆ) スープ(大根) ブロッコリーのおかか煮	豚肉・ねぎ・豆腐 大根・えのき ブロッコリー・キャベツ・人参・おかか	おかゆ・麦茶 米・ねぎ・しらす・人参

\*都合により材料、その他を変更することがありますのでご了承ください。

\*保育園の離乳食では卵・乳製品は使っておりませんが、ご家庭では月齢に合わせて摂ってください。

具合の悪い時の食事



熱を出したり、おなかをこわしたり…赤ちゃんにはいろいろなトラブルがつきものです。食べ物を受けつけてくれない時には、無理に離乳食を食べさせる必要はありません。けれどもどんなときも、いちばん大切にしたいのは、水分補給です。水分を体に保つはたらきはまだ未発達です。赤ちゃんの体には、水分がたくさん必要ですが、発熱、下痢、嘔吐などで脱水症状を引き起こす危険がありますので、湯冷ましや麦茶などを欲しがらるだけ十分に与えましょう。

《移行食》  
令和6年 3月 離乳食献立表

日にち	曜日	午前の食事	おやつ
1	金	鮭ご飯(軟飯) すまし汁(菜の花) 鶏の照り焼き キャベツのごま和え パナナ	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
2	土	味噌豚丼(軟飯) スープ(白菜) ブロッコリーのおかか和え 清見オレンジ	軟飯・麦茶 米・鶏肉・人参
4	月	鶏肉と野菜の旨煮丼(軟飯) スープ(もやし) キャベツとコーンのサラダ りんご	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・ほうれん草・ねぎ
5	火	軟飯 みそ汁(なめこ) カジキのステーキ風 肉野菜炒め せとか	お焼き・麦茶 さつま芋・片栗粉
6	水	軟飯 みそ汁(小松菜) ごま焼肉 かぼちゃの煮物 りんご	軟飯・麦茶 米・人参・油揚げ
7	木	豆乳パン スープ(キャベツ) ハンバーグ さつま芋のサラダ パナナ	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
8	金	軟飯 すまし汁(大根) 鮭の幽庵焼き うの花 パナナ	豆乳パン・麦茶 豆乳パン
9	土	焼き鳥丼(軟飯) スープ(チンゲン菜) キャベツの煮浸し 清見オレンジ	軟飯・麦茶 米・しらす
11	月	マーボー丼(軟飯) スープ(わかめ) もやしのナムル パナナ	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・ねぎ・小松菜 コーン
12	火	軟飯 すまし汁(白菜) 豚肉のみそ焼き ブロッコリーの塩炒め でこぼん	お焼き・麦茶 じゃが芋・片栗粉
13	水	軟飯 みそ汁(豆腐) サワラのネギソース じゃが芋の煮物 清見オレンジ	豆乳パン・麦茶 豆乳パン
14	木	豆乳パン スープ(コーン) 鶏肉のアップルジンジャー コールスロー りんご	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
15	金	軟飯 ぶた汁 カレイの照焼き かぼちゃの煮物 パナナ	軟飯・麦茶 米・おかか・しらす
16	土	軟飯 スープ(豆腐) 鮭の生姜焼き ほうれん草のおかか和え 清見オレンジ	軟飯・麦茶 米・わかめ
18	月	豚肉と野菜の旨煮丼(軟飯) スープ(かぶ) もやしのサラダ パナナ	おかゆ・麦茶 米・鶏肉・人参・ほうれん草
19	火	人参ご飯(軟飯) ミネストローネ カジキのムニエル ポテトサラダ 清見オレンジ	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
21	木	わかめご飯(軟飯) みそ汁(大根) 鶏肉のゆずソース 白菜のお浸し りんご	豆乳パン・麦茶 豆乳パン
22	金	軟飯 みそ汁(じゃが芋) サバの照り焼き ほうれん草のツナ和え 清見オレンジ	煮込みうどん・麦茶 うどん・人参・玉ねぎ・鶏肉・ねぎ
23	土	豚丼(軟飯) スープ(えのき) キャベツのじゃこ和え パナナ	軟飯・麦茶 米・ツナ
25	月	三色丼(軟飯) すまし汁(かぶ) 小松菜ともやしの和え物 りんご	煮込みうどん・麦茶 うどん・豚肉・人参・キャベツ もやし・ピーマン
26	火	軟飯 みそ汁(玉ねぎ) 鮭の照り焼き 大根の煮物 清見オレンジ	お焼き・麦茶 さつま芋・片栗粉
27	水	豆乳パン 豆乳シチュー 豚肉のマーレード焼き キャベツサラダ パナナ	軟飯・麦茶 米・人参・豚肉・油揚げ
28	木	茶飯(軟飯) すまし汁(ほうれん草) カレイのみりん焼き じゃが芋の煮物 りんご	豆乳蒸しパン・麦茶 小麦粉・豆乳
29	金	軟飯 スープ(人参) ハンバーグ ポテトサラダ でこぼん	豆乳パン・麦茶 豆乳パン
30	土	すき焼き丼(軟飯) スープ(大根) ブロッコリーのごま和え 清見オレンジ	軟飯・麦茶 米・ねぎ・しらす・人参

※都合により材料、その他を変更することがありますのでご了承ください。

※保育園の離乳食では卵・乳製品は使っておりませんが、ご家庭では月齢に合わせて摂ってください。

具合の悪い時の食事

熱を出したり、おなかをこわしたり…赤ちゃんにはいろいろなトラブルがつきものです。食べ物を受けつけてくれない時には、無理に離乳食を食べさせる必要はありません。けれどももどんなときも、いちばん大切にしたいのは、水分補給です。水分を体に保つはたらきはまだ未発達です。赤ちゃんの体には、水分がたくさん必要ですが、発熱、下痢、嘔吐などで脱水症状を引き起こす危険がありますので、湯冷ましや麦茶などを欲しがるだけ十分に与えましょう。

