



# ぱくぱくだより



令和 5年 2月 1日

富士わかば保育園

保育園の離乳食を試食体験しませんか？

- ・これから離乳食を始める方、どんな感じで進めたらいいの？と不安な方…
- ・離乳食ってどのくらいの形・硬さ・量？

日頃の離乳食の不安や疑問に栄養士がお応えします。

対 象 地域の6か月～1歳半の親子

- ・1日2組(開催日の1週間前までに電話予約をお願いします)
- ・アレルギー食対応可(予約の際にお伝えください)



時 間 10:45～11:30

持ち物 食事用のエプロン・手拭き・着替え・おむつ・汚れものを入れる袋  
食後のミルク(必要な方・ミルク用のお湯はご持参ください)

## 2月 14日(火) 【離乳食 献立・食材チェック表】

初 期(ごっくん期)	中 期(もぐもぐ期)	後 期(かみかみ期)	完了期(ぱくぱく期)
・10倍粥 ・白身魚とろとろ煮 ・野菜スープ	・7倍粥 ・白身魚の刻み煮 ・きゅうりのやわらか煮 ・野菜スープ	・5倍粥 ・さばの薄みそ煮 ・きゅうりとたく たわかめの和え物 ・沢煮椀風	・ごはん ・さばのみそ煮 ・きゅうりの酢の物 ・沢煮椀
<input type="checkbox"/> 米 <input type="checkbox"/> 白身魚(かれい) <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> かつおぶし(だし用)	<input type="checkbox"/> 米 <input type="checkbox"/> カレー <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> かつおぶし(だし用)	<input type="checkbox"/> 米 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> みかん缶 <input type="checkbox"/> しらす干し <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> 生わかめ <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> かつおだし汁	<input type="checkbox"/> 米 <input type="checkbox"/> みそ <input type="checkbox"/> さば <input type="checkbox"/> ごぼう <input type="checkbox"/> きゅうり <input type="checkbox"/> みかん缶 <input type="checkbox"/> しらす干し <input type="checkbox"/> しょうゆ <input type="checkbox"/> 生わかめ <input type="checkbox"/> 大根 <input type="checkbox"/> 人参 <input type="checkbox"/> 豚肉 <input type="checkbox"/> 干しいたけ <input type="checkbox"/> かつおだし汁

☆主食・スープ・果物は、月齢に応じて提供します。

献立と使用している食材を載せますので、食物アレルギー事故予防のためにも離乳食体験で初めて食べる食材のないようご確認ください。

参加される方は、当日までに食材をお試しください。

お試しできなかったお子さんは、お子さんには与えずお母さんが味見するようにしてください。

ご協力をお願いします。

次回は3月14日(火)の予定です

※入室の際、新型コロナウイルス感染予防対策として、マスク着用・体調チェック・検温・手指消毒をお願いしています。

※当日、37.5度以上の発熱、咳などの風邪症状、同居家族に風邪症状がみられる場合、2週間以内に感染流行地域に滞在した方は、お断りさせて頂くことがあります。

※新型コロナウイルスの警戒レベルが5以上になった際は、中止または延期になります。

《問い合わせ》

富士わかば保育園

TEL 0545(71)7716

担当：望月

