ぱくぱくだより

令和 8 年 11 月 2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)

11月 17 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 ・豆腐の煮物 ・人参の刻み煮 ・スープ	・鶏肉入りパン粥 ・ブロッコリー・胡瓜の刻み煮	・食パンスティック ・鶏肉と野菜のミルク煮 ・ブロッコリー・きゅうりスティック	・食パン・いちごジャム ・スイートコーンシチュー ・ブロッコリーのサラダ ・みかん1/2
□米 □豆腐 □にんじん □玉葱 □片栗粉 □かつおぶし(だし用)	□食パン □鶏ささみ □玉葱 □人参　□片栗粉 □きゅうり □かつおぶし(だし用)	□食パン　□牛乳 □鶏モモ肉　□人参 □玉葱　□きゅうり □ブロッコリー □じゃがいも □かつおぶし(だし用)	□食パン　□いちごジャム □鶏モモ肉　□玉葱 □しめじ　□人参 □みかん缶　□生クリーム・バター □ブロッコリー　□きゅうり □シチュールウ・しょうゆ・油・酢 □かつおだし汁・牛乳・砂糖

☆主食・スープ・果物は、月齢に応じて提供します。

上記に献立と使用している食材を掲載しています。
食物アレルギー防止のため、離乳食体験で初めて食べる食材が含まれていないか、ご確認ください。

まだ食べたことのない食材については、お子さんには与えず保護者の方が味見をお願いします。

体調の優れない場合は、無理をせず参加をお控えください。ご協力をお願いします。

《問い合わせ》

富士わかば保育園　TEL 0545(71)7716　担当：前嶋