

8月のこんだて



1日 (火)	2日 (水)	3日 (木)	4日 (金)	5日 (土)	
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ササミと野菜の 柔らか煮 ・わかめスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ツナと野菜の だし煮 ・玉ねぎのみそ汁 ・オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・野菜のそぼろあん ・人参のスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・じゃがいもの そぼろ煮 ・豆腐のみそ汁 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・かぼちゃ煮 ・柔らかうどん汁 ・バナナ 	
7日 (月)	8日 (火)	9日 (水)	10日 (木)	11日 (金)	12日 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ひき肉の カレー風煮物 ・玉ねぎのスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・肉団子と野菜の トマト煮 ・豆腐のスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ブロッコリーの そぼろ煮 ・野菜スープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・さつまいもの甘煮 ・チンゲン菜の スープ ・バナナ 	<p>山の日</p> 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・さつまいも煮 ・柔らかうどん汁 ・バナナ
14日 (月)	15日 (火)	16日 (水)	17日 (木)	18日 (金)	19日 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・じゃが芋と ツナの塩煮 ・もやしのスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ササミと野菜の くたくた煮 ・長ねぎのみそ汁 ・オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・柔らか鶏団子 ・かぼちゃのみそ汁 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・野菜の煮浸し ・柔らかうどん汁 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・鶏肉と大根の 柔らか煮 ・豆腐のみそ汁 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・かぼちゃ煮 ・柔らかうどん汁 ・バナナ
21日 (月)	22日 (火)	23日 (水)	24日 (木)	25日 (金)	26日 (土)
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ササミのトマト煮 ・コンソメスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・鮭と野菜の しょうゆ煮 ・豆腐のスープ ・オレンジ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・鶏肉の ケチャップ煮 ・野菜スープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・豚肉と根菜の 柔らか煮 ・寄席豆腐汁 ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・夏野菜の カレー風煮物 ・人参のスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・さつまいも煮 ・柔らかうどん汁 ・バナナ
28日 (月)	29日 (火)	30日 (水)	31日 (木)		
<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・ツナとブロッコリー のくたくた煮 ・玉ねぎのスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・鶏肉のだし煮 ・ほうれん草の スープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・鮭と野菜の うま煮 ・玉ねぎのスープ ・バナナ 	<ul style="list-style-type: none"> ・軟飯 ・柔らか煮込み ハンバーグ ・コンソメスープ ・バナナ 		

～手づかみ食でも大事な成長～

7ヶ月前後になると食べ物に手を伸ばし、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柔らかさをはかり、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。自分で思うように食べられる自由の獲得ほどうれしいことはありません。たっぷり手づかみした手はスプーンをうまく使える手にもなります。