



Main table with 14 columns (days 2nd to 18th) and 4 rows (meal time, ingredients, milk, and baby milk).

Main table with 12 columns (days 19th to 31st) and 4 rows (meal time, ingredients, milk, and baby milk).

『食事の量と時間』
食べる量には個人差があるので、バランスよく食べていれば、食べ過ぎ、少食といった量に、あまりこだわる必要はありません。
食事にかかる時間は20～30分が目安ですが、自ら食べようとする自我が目覚める時期でもあるので、「自分で食べたい」という思いも大切にしていきたいものです。
・中期食の子供について、公立保育所では、午前中に食事を1回提供します。
・離乳食は、子供の月齢や成長の様子に合わせて保育所で切り方や味付けを調節して作っています。
・子供それぞれのリズムに合わせて、適宜ミルクを飲みます。
・おかゆは、7倍がゆ～5倍がゆ（全がゆ）を目安としています。
・わかめやねぎは、軟らかくなるまで煮ます。
・たまごについては、中期食は卵黄を使います。（*印をつけています）
*献立表は前月末に、西宮市のホームページに掲載しています。
*天候等により食材の一部が変更になる場合があります。
*給食に使用している食材の産地については、西宮市のホームページ「公立保育所給食食材の産地情報」で確認できます。
↓西宮市HP↓
QR code



Main menu table with columns for dates from 1日(水) to 17日(金) and rows for meals (午前, 午後) and ingredients (材料名).

献立表 (Menu Table) for dates 18日(土) to 30日(木), including meal names and ingredients.

Informational text box with a green border containing:
- Title: *注目されるだし*
- Text: 日本食が目目されるときにも、だしも注目されています。だしがきいて...
- List: 3 bullet points about dashi quality and usage.
- Images: Illustrations of a pot, a child, and a bowl.
- Footer: *中期食の子供について、公立保育所では、午前中に食事を1回提供します。*
- Footer: *離乳食は、子供の月齢や成長の様子に合わせて保育所で切り方や味付けを調節して作っています。*
- Footer: *献立表は前月末に、西宮市のホームページに掲載しています。*
- QR code and URL: 西宮市HP



Table with 15 columns (days 1 to 16) and 4 rows (meal type, ingredients, milk, and baby food). Rows include '午前' (morning), '材料名' (ingredients), 'ミルク' (milk), and '育児用ミルク' (baby food).

Table with 10 columns (days 18 to 28) and 4 rows (meal type, ingredients, milk, and baby food). Rows include '午前' (morning), '材料名' (ingredients), 'ミルク' (milk), and '育児用ミルク' (baby food).

Informational section with a title 'いただきます ごちそうさま', a cartoon illustration of a girl and boy, and text explaining the importance of mealtime and providing tips for baby food.



*献立表は前月末に、西宮市のホームページに掲載しています。
*天候等により食材の一部が変更になる場合があります。
*給食に使用している食材の産地については、西宮市のホームページ「公立保育所給食食材の産地情報」で確認できます。



Main menu table with columns for dates from 4日(木) to 20日(土) and rows for meal types (午前, 材料名, ミルク, 材料名).

Main menu table with columns for dates from 22日(月) to 31日(水) and rows for meal types (午前, 材料名, ミルク, 材料名).

* 離乳食を与えるときは・・・ *

赤ちゃんのようすを見ながら、離乳食は1さじずつ与え、食事後の母乳やミルクは飲みたいだけの量を与えます。離乳食の進行に応じて、食品の種類を増やしていき、生活リズムも整えるようにしましょう。また、食事を与えながら「おいしいね」「いっぱい食べたね」などのことばかけをしたり、大人がいっしょに食事をするようすを見せて、食べる楽しさの体験を増やしていくようにします。



- 中期食の子供について、公立保育所では、午前中に食事を1回提供します。
●離乳食は、子供の月齢や成長の様子に合わせて保育所で切り方や味付けを調節して作っています。
○子供それぞれのリズムに合わせて、適宜ミルクを飲みます。
○おかゆは、7倍がゆ～5倍がゆ(全がゆ)を目安としています。
○わかめやねぎは、軟らかくなるまで煮ます。
○たまごについて、中期食は卵黄を使います。(＊印をつけています)

* 献立表は前月末に、西宮市のホームページに掲載しています。
* 天候等により食材の一部が変更になる場合があります。
* 給食に使用している食材の産地については、西宮市のホームページ「公立保育所給食食材の産地情報」で確認できます。





Main menu table with columns for dates from 1日(木) to 17日(土) and rows for meal types (午前, 材料名, ミルク, 材料名).

Main menu table with columns for dates from 19日(月) to 29日(木) and rows for meal types (午前, 材料名, ミルク, 材料名).

離乳食をスムーズに進めるために・・・

赤ちゃんの機嫌が悪かったり、ぐずったりすると、つい母乳やミルクを与えてしまいがちです。しかし、空腹にならずに離乳食の時間になっ...



- 中期食の子供について、公立保育所では、午前中に食事を1回提供します。
● 離乳食は、子供の月齢や成長の様子に合わせて保育所で切り方や味付けを調節して作っています。
○ 子供それぞれのリズムに合わせて、適宜ミルクを飲みます。
○ おかゆは、7倍がゆ～5倍がゆ(全がゆ)を目安としています。
○ わかめやねぎは、軟らかくなるまで煮ます。
○ たまごについて、中期食は卵黄を使います。
(*印をつけています)

* 献立表は前月末に、西宮市のホームページに掲載しています。
* 天候等により食材の一部が変更になる場合があります。
* 給食に使用している食材の産地については、西宮市のホームページ「公立保育所給食食材の産地情報」で確認できます。

↓西宮市HP↓





Main menu table with columns for dates from 1日(金) to 16日(土) and rows for 午前, 材料名, ミルク, and 材料名.

Main menu table with columns for dates from 18日(月) to 30日(土) and rows for 午前, 材料名, ミルク, and 材料名.

Information box containing text about spoon selection, feeding tips, and a QR code. Includes illustrations of a baby and a spoon.