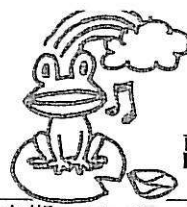


平成 21年 6 月



離乳食献立予定表



日	曜	前期 5~6ヶ月 ドロドロ状 ゴクン期	中期 7~8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期	後期 9~10ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期	完了期 11~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	月	つぶし粥 野菜スープ 青菜胡麻和え崩し煮	ご飯粥 豚汁 青菜胡麻和え餡かけ煮	軟ご飯 豚汁 青菜胡麻和え餡かけ煮	ご飯 豚汁 青菜胡麻和え
2.	火	つぶし粥 カブ汁 ブロッコリーマッシュ	魚粥 カブ汁 ブロッコリーサラダ	魚軟ご飯 カブ汁 ブロッコリーサラダ	魚ご飯 カブ汁 ブロッコリーサラダ
3.	水	つぶし粥 キャベツ汁 薩摩崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 五目野菜 薩摩芋煮	軟ご飯 キャベツ汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 キャベツ汁 五目納豆 薩摩芋煮
4.	木	つぶし粥 もやし汁 人参とジャガの崩し煮	ご飯粥 もやし汁 肉ジャガ煮 トマト	軟ご飯 もやし汁 肉ジャガ煮 トマト	ご飯 もやし汁 肉ジャガ煮 トマト
5.	金	つぶし粥 豆腐スープ 玉葱とピーマンのトロトロ煮	中華そうめん 豆腐入りスープ	中華そうめん 豆腐入りスープ	中華そうめん 豆腐入りスープ
6.	土	つぶし粥 青菜スープ レタスとジャガのクタクタ煮	ミルクパン粥 レタスと挽肉の餡かけ煮	ミルクパン粥 レタスと挽肉の餡かけ煮	パンステック 青菜スープ レタスと挽肉の餡かけ煮
7.	日				
8.	月	つぶし粥 玉葱汁 南瓜マッシュ	ご飯粥 玉葱汁 洋風いりかぼちゃ	軟ご飯 玉葱汁 洋風いりかぼちゃ	ご飯 玉葱汁 洋風いりかぼちゃ
9.	火	つぶし粥 南瓜汁 ポテトマッシュ	魚粥 南瓜汁 ポテトサラダ ブロccoli-煮	魚軟ご飯 南瓜汁 ポテトサラダ ブロccoli-煮	魚ご飯 南瓜汁 ポテトサラダ ブロccoli-煮
10.	水	つぶし粥 青菜汁 キャベツの崩し煮	ご飯粥 青菜汁 キャベツと挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 青菜汁 キャベツと挽肉の餡かけ煮	ご飯 青菜汁 キャベツと挽肉の餡かけ煮
11.	木	つぶし粥 薩摩芋汁 アスパラトロトロ煮	ご飯粥 薩摩芋汁 マッシュそぼろ餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 薩摩芋汁 マッシュそぼろ餡かけ煮 アスパラ	ご飯 薩摩芋汁 マッシュそぼろ餡かけ煮 アスパラ
12.	金	つぶし粥 野菜スープ 人参と麩のトロトロ煮	そうめん焼きそば風餡かけ 野菜スープ	そうめん焼きそば風餡かけ 野菜スープ	そうめん焼きそば風 野菜スープ
13.	土	つぶし粥 胡瓜スープ ほうれん草と豆腐の崩し煮	南瓜パン粥 ほうれん草と豆腐胡麻和え	南瓜パン粥 ほうれん草と豆腐胡麻和え	南瓜サンド 胡瓜スープ ほうれん草と豆腐胡麻和え
14.	日				
15.	月	つぶし粥 ジャガスープ 大根崩し煮	ご飯粥 マカロニシチュー 大根と人参の胡麻和え	軟ご飯 マカロニシチュー 大根と人参の胡麻和え	ピラフ マカロニシチュー 大根と人参の胡麻和え
16.	火	つぶし粥 豆腐汁 三色和え崩し煮	魚粥 豆腐汁 三色和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 豆腐汁 三色和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 豆腐汁 三色和え トマト
17.	水	つぶし粥 ジャガ芋汁 ピーマン崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 ピ-マン餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 ジャガ芋汁 ピ-マン餡かけ煮 アスパラ	ご飯 ジャガ芋汁 ピ-マン 焼き アスパラ
18.	木	つぶし粥 チンゲン菜スープ ヒジキ寄せ崩し煮	ご飯粥 チンゲン菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 チンゲン菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 チンゲン菜スープ ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
19.	金	つぶし粥 味噌汁 野菜崩し煮	あられ粥丼 味噌汁 きのこ和え餡かけ煮 フルツ	あられ軟丼 味噌汁 きのこ和え餡かけ煮 フルツ	あられ丼 味噌汁 きのこ和え餡かけ煮 フルツ
20.	土	つぶし粥 青菜スープ 春雨崩し煮	人参パン粥 春雨サラダ	人参パン 春雨サラダ	人参サンド 青菜スープ 春雨サラダ
21.	日				
22.	月	つぶし粥 豆腐汁 白菜崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 白菜と挽肉の餡かけ	軟ご飯 豆腐汁 白菜と挽肉の餡かけ	ご飯 豆腐汁 白菜と挽肉の餡かけ
23.	火	つぶし粥 とろりんスープ マカロニマッシュ	魚粥 とろりんスープ マカロニサラダ ブロccoli-	魚軟ご飯 とろりんスープ マカロニサラダ ブロccoli-	魚ご飯 とろりんスープ マカロニサラダ ブロccoli-
24.	水	つぶし粥 モヤシ汁 青菜和え崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 青菜和えアツ汁煮 トマト 肉団子	軟ご飯 モヤシ汁 青菜和えアツ汁煮 トマト 肉団子	ご飯 モヤシ汁 青菜和えアツ汁煮 トマト 肉団子
25.	木	つぶし粥 薩摩芋汁 赤ちゃんベビ-マ-ボ-崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 赤ちゃんベビ-マ-ボ-	軟ご飯 薩摩芋汁 赤ちゃんベビ-マ-ボ-	ご飯 薩摩芋汁 赤ちゃんベビ-マ-ボ-
26.	金	つぶし粥 野菜スープ キャベツと麩のトロトロ煮	煮込みうどん レバーとキャベツ煮	煮込みうどん レバーとキャベツ煮	煮込みうどん レバーとキャベツ煮
27.	土	つぶし粥 オニオンスープ 人参マッシュ	トマトパン粥 豆とポテトマッシュ	トマトパン粥 豆とポテトマッシュ	トマトサンド オニオンスープ 豆とポテトマッシュ
28.	日				
29.	月	つぶし粥 大根汁 チンゲン菜崩し煮	ご飯粥 大根汁 チンゲン菜胡麻和え	軟ご飯 大根汁 チンゲン菜胡麻和え	ご飯 大根汁 チンゲン菜胡麻和え
30.	火	つぶし粥 茄子汁 南瓜マッシュ	魚粥 茄子汁 南瓜サラダ アスパラ	魚軟ご飯 茄子汁 南瓜サラダ アスパラ	魚ご飯 茄子汁 南瓜サラダ アスパラ
ミルクの量		さくらちゃん 心結ちゃん 200cc	恵慈君 180cc	夏音ちゃん 歩生ちゃん 朋愛ちゃん 160cc~140cc	朋愛ちゃん 俐旺君 咲輝ちゃん 80cc

\* 大空くん (3ヶ月) →ミルクのみ