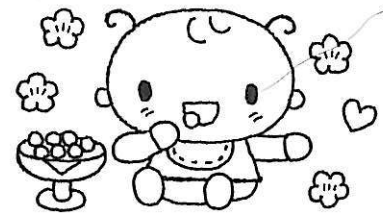


平成 22年 3 月



離乳食献立予定表



日	曜	前期 5~6ヶ月 ドロドロ状 ゴックン期	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 薩摩芋スープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 薩摩芋シチュー 大根と挽肉の胡麻和え	軟ご飯 薩摩芋シチュー 大根と挽肉の胡麻和え	ご飯 薩摩芋スープ 大根と人参の胡麻和え
2.	火	つぶし粥 大根汁 ブロッコリーマッシュ	魚粥 大根汁 ブロッコリーサラダ トマト	魚軟ご飯 大根汁 ブロッコリーサラダ トマト	ご飯 大根汁 ブロッコリーサラダ トマト
3.	水	つぶし粥 春雨スープ 土佐和え崩し煮	ご飯粥 春雨スープ 土佐和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 春雨スープ 土佐和え餡かけ煮 肉団子	ご飯 春雨スープ 土佐和え ジャガ煮
4.	木	つぶし粥 玉葱汁 アスパラとじゃが芋の崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 肉じゃが煮 アスパラ	軟ご飯 玉葱汁 肉じゃが煮 アスパラ	ご飯 玉葱汁 肉じゃが煮 アスパラ
5.	金	つぶし粥 味噌汁 チンゲン菜の崩し煮	ミルク粥 フルーツ 味噌汁 豆腐とささみの中華風煮込み	ミルク軟ライス フルーツ 味噌汁 豆腐とささみの中華風煮込み	ミルクライス フルーツ 味噌汁 豆腐とささみの中華風煮込み
6.	土	つぶし粥 コーンスープ 野菜ソテー崩し煮	林檎パン粥 野菜ソテー餡かけ煮	林檎パン粥 野菜ソテー餡かけ煮	スティックパン コーンスープ 野菜ソテー
7.	日				
8.	月	つぶし粥 南瓜汁 キャベツの崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 キャベツと人参のそばろ煮	軟ご飯 南瓜汁 キャベツと人参のそばろ煮	ご飯 南瓜汁 キャベツと人参のそばろ煮
9.	火	つぶし粥 白菜汁 青菜和え崩し煮	魚粥 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 じゃが煮	魚軟ご飯 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 じゃが煮	魚飯 白菜汁 青菜和え じゃが煮
10.	水	つぶし粥 なめこ汁 ビーフン崩し煮	ご飯粥 なめこ汁 ビーフンソテー餡かけ煮 ブロッコリー	軟ご飯 なめこ汁 ビーフンソテー餡かけ煮 ブロッコリー	ご飯 卵焼き なめこ汁 ビーフンソテー ブロッコリー
11.	木	つぶし粥 青菜汁 人参と麩のクタクタ煮	人参粥 青菜汁 麩と麻婆豆腐	人参軟ご飯 青菜汁 麩と麻婆豆腐	人参飯 青菜汁 麩と麻婆豆腐
12.	金	つぶし粥 野菜スープ 炒り草とじゃが芋の崩し煮	そうめん焼きそば風 野菜スープ	そうめん焼きそば風 野菜スープ	そうめん焼きそば風 野菜スープ
13.	土	卒園式			
14.	日				
15.	月	つぶし粥 コロコロスープ レタスと麩のクタクタ煮	ご飯粥 コロコロスープ レタスと挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 コロコロスープ レタスと挽肉の餡かけ煮	ご飯 コロコロスープ レタスと挽肉の餡かけ煮
16.	火	つぶし粥 キャベツ汁 ポテトマッシュ	魚粥 キャベツ汁 ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ アスパラ
17.	水	つぶし粥 若布汁 三色和え崩し煮	ご飯粥 若布汁 三色和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 若布汁 三色和え餡かけ煮 トマト	ご飯 若布汁 三色和え トマト
18.	木	つぶし粥 豆腐汁 ヒジキの崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 豆腐汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	ご飯 豆腐汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガボール
19.	金	つぶし粥 人参スープ 南瓜の崩し煮	野菜うどんスープ ツナと南瓜の甘煮	野菜うどんスープ ツナと南瓜の甘煮	野菜うどんスープ ツナと南瓜の甘煮
20.	土	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーのミルク崩し煮	人参パン粥 ブロッコリーのミルク煮	人参パン粥 ブロッコリーのミルク煮	人参サンド 玉葱スープ ブロッコリーのミルク煮
21.	日	春分の日			
22.	月	振替休日			
23.	火	つぶし粥 コーンスープ 薩摩芋崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 五目野菜 薩摩芋煮	軟ご飯 コーンスープ 五目野菜 薩摩芋煮	ご飯 コーンスープ 五目納豆 薩摩芋煮
24.	水	つぶし粥 青菜汁 アスパラとマカロニマッシュ	魚粥 青菜汁 マカロニサラダ アスパラ	魚軟ご飯 青菜汁 マカロニサラダ アスパラ	魚軟ご飯 青菜汁 マカロニサラダ アスパラ
25.	木	つぶし粥 きのこと汁 野菜崩し煮	ご飯粥 きのこと汁 肉団子 温野菜餡かけ煮	軟ご飯 きのこと汁 肉団子 温野菜餡かけ煮	ご飯 きのこと汁 肉団子 温野菜
26.	金	つぶし粥 豆腐入りスープ カブとブロッコリーのトロトロ煮	中華そうめん餡かけ 豆腐入りのスープ	中華そうめん餡かけ 豆腐入りのスープ	中華そうめん餡かけ 豆腐入りのスープ
27.	土	つぶし粥 胡瓜スープ キャロットと林檎の崩し煮	南瓜パン粥 キャロットと林檎煮	南瓜パン粥 キャロットと林檎煮	南瓜サンド 胡瓜スープ キャロットと林檎煮
28.	日				
29.	月	つぶし粥 栄養汁 白和え崩し煮	ご飯粥 栄養汁 胡瓜と白和え煮	軟ご飯 栄養汁 胡瓜と白和え煮	ご飯 栄養汁 胡瓜と白和え煮
30.	火	つぶし粥 カブ汁 アスパラとジャガのトロトロ煮	魚粥 カブ汁 アスパラサラダ トマト	魚軟ご飯 カブ汁 アスパラサラダ トマト	ご飯 カブ汁 アスパラサラダ トマト
31.	水	つぶし粥 モヤシ汁 青菜と薩摩芋の崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 じゃが芋のそばろ煮	軟ご飯 モヤシ汁 じゃが芋のそばろ煮	ご飯 モヤシ汁 じゃが芋のそばろ煮
31日の	量	空君 200cc	夢来ちゃん 180cc	柊斗君 160cc~140cc	大空君 100cc