



平成 22年 4 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.	木	つぶし粥 玉葱汁 高野豆腐の崩し煮	野菜のおかゆ 玉葱汁 白身魚と高野豆腐のうま煮	野菜のおかゆ 玉葱汁 白身魚と高野豆腐のうま煮	野菜のおかゆ 玉葱汁 白身魚と高野豆腐のうま煮
2.	金	つぶし粥 野菜スープ 人参とじゃが芋の崩し煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 野菜スープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 野菜スープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 野菜スープ
3.	土	つぶし粥 若布スープ 春雨崩し煮	ミルクパン粥 中華ソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 中華ソテー餡かけ煮	ロールパン 中華ソテー 若布スープ
4.	日				
5.	月	つぶし粥 とろりんスープ ブロッコリー崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ 大根の胡麻和え ブロccoli	軟ご飯 とろりんスープ 大根の胡麻和え ブロccoli	ご飯 とろりんスープ 大根の胡麻和え ブロccoli
6.	火	つぶし粥 薩摩芋汁 ポテトマッシュ	魚粥 薩摩芋汁 ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 薩摩芋汁 ポテトサラダ アスパラ	魚ご飯 薩摩芋汁 ポテトサラダ アスパラ
7.	水	つぶし粥 コーンスープ ピーマン崩し煮	ご飯粥 コーンスープ ピーマン餡かけ煮 カワワ	軟ご飯 コーンスープ ピーマン餡かけ煮 カワワ	ご飯 炒め焼き コーンスープ ピーマンソテー カワワ
8.	木	つぶし粥 豆腐汁 じゃが芋とほうれん草の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 肉じゃが煮 お浸し	軟ご飯 豆腐汁 肉じゃが煮 お浸し	ご飯 豆腐汁 肉じゃが煮 お浸し
9.	金	つぶし粥 グリーンスープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん 南瓜と挽肉の和え煮	煮込みうどん 南瓜と挽肉の和え煮	煮込みうどん 南瓜と挽肉の和え煮
10.	土	つぶし粥 麩スープ 青菜和え崩し煮	人参パン粥 青菜胡麻和え餡かけ煮	人参パン粥 青菜胡麻和え餡かけ煮	人参サンド 麩スープ 青菜胡麻和え
11.	日				
12.	月	つぶし粥 カブ汁 キャベツと人参の崩し煮	ご飯粥 カブ汁 キャベツとそばろ餡かけ煮	軟ご飯 カブ汁 キャベツと人参の餡かけ煮	ご飯 カブ汁 キャベツとそばろ餡かけ煮
13.	火	つぶし粥 青菜汁 マセドアンマッシュ	魚粥 青菜汁 マセドアンサラダ アスパラ	魚軟ご飯 青菜汁 マセドアンサラダ アスパラ	魚ご飯 青菜汁 マセドアンサラダ アスパラ
14.	水	つぶし粥 南瓜汁 土佐和え崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 土佐和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 南瓜汁 土佐和え餡かけ煮 トマト	ご飯 南瓜汁 土佐和え トマト
15.	木	つぶし粥 ちんぎん菜スープ ヒジキの崩し煮	ご飯粥 ちんぎん菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 ちんぎん菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	ご飯 ちんぎん菜スープ ヒジキ寄せ煮 ジャガボール
16.	金	つぶし粥 味噌汁 カワワと麩のトロトロ煮	100%充実ライス粥 カワワサラダ カワワ フルーツ	100%充実軟ライス カワワサラダ カワワ フルーツ	100%充実ライス カワワサラダ カワワ フルーツ
17.	土	つぶし粥 胡瓜と玉葱スープ 春雨とカブのトロトロ煮	野菜スープパン粥 春雨サラダ	野菜スープパン粥 春雨サラダ	スティックパン 春雨サラダ 胡瓜と玉葱スープ
18.	日				
19.	月	つぶし粥 栄養汁 白菜の崩し煮	ご飯粥 栄養汁 挽肉と白菜の煮物	軟ご飯 栄養汁 挽肉と白菜の煮物	ご飯 栄養汁 挽肉と白菜の煮物
20.	火	つぶし粥 キャベツ汁 青菜和え崩し煮	魚粥 キャベツ汁 青菜和え餡かけ煮 ジャガ煮	魚軟ご飯 キャベツ汁 青菜和え餡かけ煮 ジャガ煮	魚ご飯 キャベツ汁 青菜和え ジャガ煮
21.	水	つぶし粥 青菜汁 薩摩芋崩し煮	ご飯粥 青菜汁 五目野菜 薩摩芋煮	軟ご飯 青菜汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 青菜汁 五目納豆 薩摩芋煮
22.	木	つぶし粥 若布汁 ほうれん草の豆腐和え崩し煮	ご飯粥 若布汁 ほうれん草の白和え煮	軟ご飯 若布汁 ほうれん草の白和え煮	ご飯 若布汁 ほうれん草の白和え煮
23.	金	つぶし粥 野菜スープ 薩摩と人参の崩し煮	中華そうめん餡かけ煮 野菜入りスープ	中華そうめん餡かけ煮 野菜入りスープ	中華そうめん餡かけ煮 野菜入りスープ
24.	土	報徳合同遠足			
25.	日				
26.	月	つぶし粥 南瓜汁 赤ちゃんベビーマーボー	ご飯粥 南瓜汁 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 南瓜汁 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 南瓜汁 赤ちゃんベビーマーボー
27.	火	つぶし粥 なめこ汁 マカロニマッシュ	魚粥 なめこ汁 マカロニサラダ アスパラ	魚軟ご飯 なめこ汁 マカロニサラダ アスパラ	魚ご飯 なめこ汁 マカロニサラダ アスパラ
28.	水	つぶし粥 まいたけ汁 野菜の崩し煮	ご飯粥 まいたけ汁 野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 まいたけ汁 野菜餡かけ煮 肉団子	ご飯 まいたけ汁 温野菜 肉団子
29.	木	昭和の日			
30.	金	つぶし粥 青菜スープ カブと人参の崩し煮	あったかそうめん 人参とレバー煮	あったかそうめん 人参とレバー煮	あったかそうめん 人参とレバー煮
ミルクの量		梨子ちゃん 空君 200cc	梨子ちゃん 空君 夢來ちゃん 180cc	花ちゃん 秀斗君 160cc~140cc	秀斗君 100cc

* 乃愛ちゃん、琴華ちゃん、智宥君→ミルクのみ