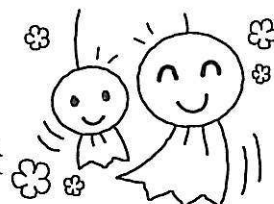


平成 22年 6 月



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.	火	つぶし粥 豆腐汁 南瓜マッシュ	魚粥 豆腐汁 南瓜サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 豆腐汁 南瓜サラダ ブロッコリー	魚ご飯 豆腐汁 南瓜サラダ ブロッコリー
2.	水	つぶし粥 とろりんスープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 とろりんスープ 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 とろりんスープ 温野菜和え ジャガ煮
3.	木	つぶし粥 青菜汁 赤ちゃんベビーママー崩し煮	ご飯粥 青菜汁 赤ちゃんベビーママー	軟ご飯 青菜汁 赤ちゃんベビーママー	ご飯 青菜汁 赤ちゃんベビーママー
4.	金	つぶし粥 野菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん 南瓜とツナの甘煮	煮込みうどん 南瓜とツナの甘煮	煮込みうどん 南瓜とツナの甘煮
5.	土	つぶし粥 玉葱スープ 春雨崩し煮	バナナミルクパン粥 春雨サラダ	バナナミルクパン粥 春雨サラダ	フルーツサンド オニオンスープ 春雨サラダ
6.	日				
7.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ チンゲン菜崩し煮	ご飯粥 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ煮	軟ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ煮	ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ煮
8.	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 トマト	魚軟ご飯 南瓜汁 ポテトサラダ トマト	魚ご飯 南瓜汁 ポテトサラダ トマト
9.	水	つぶし粥 コーンスープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 青菜和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 コーンスープ 青菜和え餡かけ煮 肉団子	ご飯 コーンスープ 青菜和え 肉団子
10.	木	つぶし粥 カブ汁 ジャガ芋と人参の崩し煮	ご飯粥 カブ汁 肉じゃが煮 アスパラ	軟ご飯 カブ汁 肉じゃが煮 アスパラ	ご飯 カブ汁 肉じゃが煮 アスパラ
11.	金	つぶし粥 豆腐入りのスープ 野菜崩し煮	焼きそばそうめん風餡かけ煮 豆腐入りスープ	焼きそばそうめん風餡かけ煮 豆腐入りスープ	焼きそばそうめん風餡かけ煮 豆腐入りスープ
12.	土	つぶし粥 胡瓜スープ レタスと麩の崩し煮	南瓜パン粥 レタスと挽肉の餡かけ煮	南瓜パン粥 レタスと挽肉の餡かけ煮	南瓜サンド 鱈と胡瓜のスープ レタスと挽肉の餡かけ煮
13.	日				
14.	月	つぶし粥 ジャガ汁 大根と白菜の崩し煮	人参粥 ジャガ芋汁 大根と白菜の煮物	人参軟ご飯 ジャガ芋汁 大根と白菜の煮物	人参ご飯 ジャガ芋汁 大根と白菜の煮物
15.	火	つぶし粥 キャベツ汁 マカロニマッシュ	魚粥 キャベツ汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 キャベツ汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚ご飯 キャベツ汁 マカロニサラダ ブロッコリー
16.	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 ジャガボール	軟ご飯 若布汁 三色和え餡かけ煮 ジャガボール	ご飯 若布汁 三色和え ジャガボール
17.	木	つぶし粥 青菜汁 薩摩と野菜の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 五目野菜 薩摩芋煮	軟ご飯 青菜汁 五目野菜 薩摩芋煮	ご飯 青菜汁 五目納豆 薩摩芋煮
18.	金	つぶし粥 味噌汁 小松菜とカブの崩し煮	ヒジキ粥 フルーツ 味噌汁 小松菜とカブの餡かけ煮	ヒジキ軟ご飯 フルーツ 味噌汁 小松菜とカブの餡かけ煮	ヒジキご飯 フルーツ 味噌汁 小松菜とカブの餡かけ煮
19.	土	つぶし粥 麩スープ キャベツのミルク崩し煮	人参パン粥 キャベツのミルク煮	人参パン粥 キャベツのミルク煮	人参サンド 麩スープ キャベツのミルク煮
20.	日				
21.	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
22.	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 南瓜煮	魚軟ご飯 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 南瓜煮	魚ご飯 白菜汁 青菜和え 南瓜煮
23.	水	つぶし粥 野菜スープ ビーフン崩し煮	ご飯粥 野菜スープ ビーフン餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 野菜スープ ビーフン餡かけ煮 アスパラ	ご飯 押し焼き 野菜スープ ビーフンソテー アスパラ
24.	木	つぶし粥 モヤシ汁 ヒジキの崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 モヤシ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 モヤシ汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
25.	金	つぶし粥 人参スープ キャベツと麩のドロドロ煮	あったかうどん キャベツとレバー煮	あったかうどん キャベツとレバー煮	あったかうどん キャベツとレバー煮
26.	土	つぶし粥 グリーンスープ 人参マッシュ	青菜パン粥 豆とポテトのマッシュ	青菜パン粥 豆とポテトのマッシュ	スティックパン グリーンスープ 豆とポテトのマッシュ
27.	日				
28.	月	つぶし粥 野菜スープ ブロッコリーと玉葱の崩し煮	ご飯粥 ワンタンスープ ブロッコリーと挽肉のトマト煮	軟ご飯 ワンタンスープ ブロッコリーと挽肉のトマト煮	ご飯 ワンタンスープ ブロッコリーと挽肉のトマト煮
29.	火	つぶし粥 茄子汁 野菜崩し煮	ご飯粥 茄子汁 鱈と野菜の餡かけ	軟ご飯 茄子汁 鱈と野菜の餡かけ	ご飯 茄子汁 鱈と野菜の餡かけ
30.	水	つぶし粥 カブ汁 アスパラとマッシュ	ご飯粥 カブ汁 マッシュそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 カブ汁 マッシュそぼろ餡かけ煮	ご飯 カブ汁 マッシュそぼろ餡かけ煮
汁の量		智宥君 琴華ちゃん 乃愛ちゃん 200cc	梨子ちゃん 空君 180cc	梨子ちゃん 空君 夢來ちゃん 120cc	花ちゃん 100cc