

平成 24 年 2 月



離乳食献立予定表



日	曜	中期 7~8ヶ月	後期 9~10ヶ月	完了期 11~12ヶ月
		舌でつぶせる固さ モグモグ期	歯茎で潰せる固さ カミカミ期	歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	水	ご飯粥 青菜汁 ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 青菜汁 ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 青菜汁 ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮
2.	木	ご飯粥 玉葱汁 キャベツの胡麻和え煮	軟ご飯 玉葱汁 キャベツの胡麻和え煮	ご飯 玉葱汁 キャベツの胡麻和え煮
3.	金	ご飯粥 コーンスープ 温野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 コーンスープ 温野菜餡かけ煮 肉団子	ご飯 コーンスープ 温野菜 肉団子
4.	土	煮込みうどん レタスと白身魚の餡かけ煮	煮込みうどん レタスと白身魚の餡かけ煮	煮込みうどん レタスと白身魚の餡かけ煮
5.	日			
6.	月	ご飯粥 じゃが芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 じゃが芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	ご飯 じゃが芋汁 青菜和え トマト
7.	火	ご飯粥 白菜汁 南瓜サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 白菜汁 南瓜サラダ ブロッコリー	魚ご飯 白菜汁 南瓜サラダ ブロッコリー
8.	水	ご飯粥 薩摩芋汁 白菜と挽き肉の煮物	軟ご飯 薩摩芋汁 白菜と挽き肉の煮物	ご飯 薩摩芋汁 白菜と挽き肉の煮物
9.	木	ご飯粥 カブ汁 小松菜と肉の胡麻和え餡かけ煮	軟ご飯 カブ汁 小松菜と肉の胡麻和えの餡かけ煮	ご飯 カブ汁 小松菜と肉の胡麻和え
10.	金	ゴマ汁うどん 南瓜の甘煮	ゴマ汁うどん 南瓜の甘煮	ゴマ汁うどん 南瓜の甘煮
11.	土	建国記念日		
12.	日			
13.	月	ご飯粥 パンプキンシチュー 大根の胡麻和え餡かけ煮	軟ご飯 パンプキンシチュー 大根の胡麻和え餡かけ煮	ご飯 パンプキンシチュー 大根の胡麻和え餡かけ煮
14.	火	ご飯粥 とろりんスープ ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 とろりんスープ ポテトサラダ アスパラ	魚ご飯 とろりんスープ ポテトサラダ アスパラ
15.	水	ご飯粥 豆腐汁 ビーフンソテー餡かけ煮 お浸し	軟ご飯 豆腐汁 ビーフンソテー餡かけ煮 お浸し	ご飯 豆腐汁 ビーフンソテー お浸し
16.	木	ご飯粥 大根汁 ベビーマーボー ブロッコリー	軟ご飯 大根汁 ベビーマーボー ブロッコリー	ご飯 大根汁 ベビーマーボー ブロッコリー
17.	金	ひじきご飯粥 青菜汁 鱈とじゃが芋の和風煮 フルーツ	ひじき軟ご飯 青菜汁 鮭とじゃが芋の和風煮 フルーツ	ひじきご飯 青菜汁 鮭とじゃが芋の和風煮 フルーツ
18.	土	リンゴパン粥 南瓜サラダ	リンゴパン粥 南瓜サラダ	リンゴサンド 玉葱と鱈のスープ 南瓜サラダ
19.	日			
20.	月	ご飯粥 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮
21.	火	ご飯粥 南瓜汁 土佐和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 南瓜汁 土佐和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 南瓜汁 土佐和え トマト
22.	水	ご飯粥 豆腐汁 野菜餡かけ煮 薩摩煮	軟ご飯 豆腐汁 五目納豆 薩摩煮	ご飯 豆腐汁 五目納豆 薩摩煮
23.	木	ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 アスパラ	ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 アスパラ
24.	金	素麺焼きそば餡かけ煮 グリーングリーンスープ	素麺焼きそば餡かけ煮 グリーングリーンスープ	素麺焼きそば餡かけ煮 グリーングリーンスープ
25.	土	ミルクパン粥 リンゴとじゃが芋の煮物	ミルクパン粥 リンゴとじゃが芋の煮物	スティックパン レタススープ リンゴとじゃが芋の煮物
26.	日			
27.	月	ご飯粥 カブ汁 青菜和え餡かけ煮 カリフラワー	軟ご飯 カブ汁 青菜和え餡かけ煮 カリフラワー	ご飯 カブ汁 青菜和え カリフラワー
28.	火	ご飯粥 玉葱汁 薩摩サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 玉葱汁 薩摩サラダ ブロッコリー	魚ご飯 玉葱汁 薩摩サラダ ブロッコリー
29.	水	ご飯粥 豆腐汁 色々野菜の胡麻和え	軟ご飯 豆腐汁 色々野菜の胡麻和え	ご飯 豆腐汁 色々野菜の胡麻和え
30.	木			
31.	金			
ミルクの	目安	琉月ちゃん 玲乃ちゃん 勇誠君 180cc	絆吏君 暉琉君 勇誠君 160cc~140cc	絆吏君 心菜ちゃん 100cc~80cc

❖ 後期から午後のミルクは200ccになります。