

平成 24 年 3 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ヶ月~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.	木	ご飯粥 白菜汁 青菜和え 鮎かけ煮 トマト	軟ご飯 白菜汁 青菜和え 鮎かけ煮 トマト	ご飯 白菜汁 青菜和え トマト
2.	金	煮込みうどん 南瓜の甘煮	煮込みうどん 南瓜の甘煮	煮込みうどん 南瓜の甘煮
3.	土	人参パン粥 薩摩サラダ	人参パン粥 薩摩サラダ	ロールパン レタススープ 薩摩サラダ
4.	日			
5.	月	ご飯粥 キャベツシチュー 白菜の胡麻和え 鮎かけ煮	軟ご飯 キャベツシチュー 白菜の胡麻和え 鮎かけ煮	ご飯 キャベツシチュー 白菜の胡麻和え 鮎かけ煮
6.	火	魚粥 とろりんスープ 南瓜サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 とろりんスープ 南瓜サラダ ブロッコリー	魚ご飯 とろりんスープ 南瓜サラダ ブロッコリー
7.	水	ご飯粥 大根汁 キャベツの胡麻和え煮	軟ご飯 大根汁 キャベツの胡麻和え煮	ご飯 大根汁 キャベツの胡麻和え煮
8.	木	ご飯粥 カブ汁 小松菜と肉の鮎かけ煮	軟ご飯 カブ汁 小松菜と肉の鮎かけ煮	ご飯 カブ汁 小松菜と肉の鮎かけ煮
9.	金	ご飯粥 すまし汁 フルーツ 三色ボール 青菜和え 鮎かけ煮	軟ご飯 すまし汁 フルーツ 三色ボール 青菜和え 鮎かけ煮	ご飯 すまし汁 フルーツ 三色ボール 青菜和え
10.	土	リンゴパン粥 野菜ソテー 鮎かけ煮	リンゴパン粥 野菜ソテー 鮎かけ煮	リンゴサンド 玉葱と鰯のスープ 野菜ソテー
11.	日			
12.	月	ご飯粥 薩摩芋汁 ブロッコリーと豆腐のいり煮	軟ご飯 薩摩芋汁 ブロッコリーと豆腐のいり煮	ご飯 薩摩芋汁 ブロッコリーと豆腐のいり煮
13.	火	魚粥 青菜汁 ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 青菜汁 ポテトサラダ アスパラ	魚ご飯 青菜汁 ポテトサラダ アスパラ
14.	水	ご飯粥 南瓜汁 土佐和え 鮎かけ煮 トマト	軟ご飯 南瓜汁 土佐和え 鮎かけ煮 トマト	ご飯 南瓜汁 土佐和え トマト
15.	木	ご飯粥 青菜汁 挽肉と玉葱のそばろ 鮎かけ煮	軟ご飯 青菜汁 挽肉と玉葱のそばろ 鮎かけ煮	ご飯 青菜汁 挽肉と玉葱のそばろ 鮎かけ煮
16.	金	素麺焼きそば 鮎かけ煮 野菜スープ	素麺焼きそば 鮎かけ煮 野菜スープ	素麺焼きそば 鮎かけ煮 野菜スープ
17.	土	卒園式 * *		
18.	日			
19.	月	ご飯粥 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそばろ 鮎かけ煮	軟ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそばろ 鮎かけ煮	ご飯 ブロッコリーシチュー チンゲン菜のそばろ 鮎かけ煮
20.	火	春分の日		
21.	水	ご飯粥 コーンスープ 温野菜 鮎かけ煮 肉団子	軟ご飯 コーンスープ 温野菜 鮎かけ煮 肉団子	ご飯 コーンスープ 温野菜 肉団子
22.	木	ご飯粥 豆腐汁 野菜 鮎かけ煮 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.	金	あったかそうめん お浸し煮		
24.	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
25.	日			
26.	月	ご飯粥 野菜スープ 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 野菜スープ 肉ジャガ煮 アスパラ	鶏釜ご飯 野菜スープ 肉ジャガ煮 アスパラ
27.	火	魚粥 キャベツ汁 マセドアンサラダ	魚軟ご飯 キャベツ汁 マセドアンサラダ	魚ご飯 キャベツ汁 マセドアンサラダ
28.	水	ご飯粥 豆腐汁 ビーフンソテー 鮎かけ煮 アスパラ	軟ご飯 豆腐汁 ビーフンソテー 鮎かけ煮 アスパラ	ご飯 豆腐汁 ビーフンソテー アスパラ
29.	木	ご飯粥 青菜汁 ひじき寄せ 鮎かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 青菜汁 ひじき寄せ 鮎かけ煮 ジャガ煮	ご飯 青菜汁 ひじき寄せ 鮎かけ煮 ジャガ煮
30.	金	煮込みうどん ほうれん草ソテー		
31.	土	青菜パン粥 人参サラダ	青菜パン粥 人参サラダ	スティックパン レタススープ 人参サラダ
ミルクの	目安	琉月ちゃん 玲乃ちゃん 180cc	絆吏君 暉琉君 勇誠君 琉月ちゃん 玲乃ちゃん 160cc~140cc	羽琉君 絆吏君 100cc~80cc

❖ 後期から午後のミルクは200ccになります。