

平成 23年 5 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.	日				
2.	月	つぶし粥 大根汁 青菜和え胡麻和え崩し煮	ご飯粥 大根汁 青菜和え胡麻和え餡かけ煮	軟ご飯 大根汁 青菜和え胡麻和え餡かけ煮	薩摩芋ご飯 大根汁 青菜和え胡麻和え
3.	火	憲法記念日			
4.	水	みどりの日			
5.	木	こどもの日			
6.	金	つぶし粥 ジャガ芋スープ 野菜崩し煮	焼きそば素麺風餡かけ煮 じゃが芋とブロッコリーのスープ	焼きそば素麺風餡かけ煮 じゃが芋とブロッコリーのスープ	焼きそば素麺風餡かけ煮 じゃが芋とブロッコリーのスープ
7.	土	つぶし粥ほうれん草スープ カブと人参のトロトロ煮	ほうれん草パン粥 カブの胡麻和え餡かけ煮	ほうれん草パン カブの胡麻和え餡かけ煮	豆サンド カブの胡麻和え 白身魚と胡瓜のスープ
8.	日				
9.	月	つぶし粥 味噌汁 南瓜の崩し煮	ご飯粥 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え	軟ご飯 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え	ご飯 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え
10.	火	つぶし粥 青菜汁 ポテトマッシュ	魚粥 青菜汁 ポテトサラダ トマト	魚軟ご飯 青菜汁 ポテトサラダ トマト	魚ご飯 青菜汁 ポテトサラダ トマト
11.	水	つぶし粥 とろりんスープ ビーフン崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ ビーフンソテー餡かけ煮	軟ご飯 とろりんスープ ビーフンソテー餡かけ煮	ご飯 とろりんスープ ビーフンソテー 押し焼き
12.	木	つぶし粥 キャベツ汁 カリフラワーのトマト煮	ご飯粥 キャベツ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 キャベツ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 キャベツ汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
13.	金	つぶし粥 レタススープ 高野豆腐のトロトロ煮	ご飯粥 みそ汁 フルーツ タボポダゴ 青菜和え餡かけ	軟ご飯 みそ汁 フルーツ タボポダゴ 青菜和え餡かけ	ご飯 みそ汁 フルーツ タボポダゴ 青菜和え餡かけ
14.	土	つぶし粥 グリーンスープ トマトの崩し煮	人参パン粥 大学いも風	人参パン粥 大学いも風	人参サンド 大学いも風 グリーンスープ
15.	日				
16.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ 白菜の崩し煮	ご飯粥 タボポシチュー 挽肉と白菜の煮物	軟ご飯 タボポシチュー 挽肉と白菜の煮物	ご飯 タボポシチュー 挽肉と白菜の煮物
17.	火	つぶし粥 カブ汁 薩摩マッシュ	魚粥 カブ汁 薩摩サラダ アスパラ	魚軟ご飯 カブ汁 薩摩サラダ アスパラ	魚ご飯 カブ汁 薩摩サラダ アスパラ
18.	水	つぶし粥 キャベツ汁 ほうれん草と玉葱の崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 肉団子 温野菜煮	軟ご飯 キャベツ汁 肉団子 温野菜煮	ご飯 キャベツ汁 肉団子 温野菜煮
19.	木	つぶし粥 薩摩芋汁 ジャガ芋と人参トロトロ煮	ご飯粥 薩摩芋汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー	軟ご飯 薩摩芋汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー	ご飯 薩摩芋汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー
20.	金	つぶし粥 豆腐スープ バナナとブロッコリーの崩し煮	中華そうめん粥 豆腐入りスープ	中華そうめん 豆腐入りスープ	中華そうめん 豆腐入りスープ
21.	土	つぶし粥 トマトスープ 人参と麩のトロトロ煮	ミルクパン粥 中華ソティー餡かけ煮	ミルクパン粥 中華ソティー餡かけ煮	ポテトロールサンド 中華ソティー トマトスープ
22.	日				
23.	月	つぶし粥 モヤシ汁 人参と白和え崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 人参と胡瓜の白和え	軟ご飯 モヤシ汁 人参と胡瓜の白和え	ご飯 モヤシ汁 人参と胡瓜の白和え
24.	火	つぶし粥 大根汁 薩摩マッシュ	魚粥 大根汁 マセドアンサラダ トマト	魚軟ご飯 大根汁 マセドアンサラダ トマト	魚ご飯 大根汁 マセドアンサラダ トマト
25.	水	つぶし粥 玉葱汁 薩摩芋崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 野菜餡かけ煮 薩摩煮	軟ご飯 玉葱汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 玉葱汁 五目納豆 薩摩芋煮
26.	木	つぶし粥 豆腐汁 大根と麩の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 大根と魚の煮物	軟ご飯 豆腐汁 大根と鮭の煮物	ご飯 豆腐汁 大根と鮭の煮物
27.	金	つぶし粥 野菜スープ 南瓜のマッシュ	煮込みうどん粥 豆と南瓜のマッシュ	煮込みうどん 豆と南瓜のマッシュ	煮込みうどん 豆と南瓜のマッシュ
28.	土	つぶし粥 青菜スープ 大根トロトロ煮	青菜パン粥 サミとブロッコリーのコーンかけ	青菜パン粥 サミとブロッコリーのコーンかけ	フルツァンド 青菜スープ サミとブロッコリーのコーンかけ
29.	日				
30.	月	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 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 コーンスープ 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 コーンスープ 三色和え ジャガ煮
31.	火	つぶし粥 カブ汁 アパラと玉葱のトロトロ煮	魚粥 カブ汁 アスパラサラダ	魚軟ご飯 カブ汁 アスパラサラダ	魚ご飯 カブ汁 アスパラサラダ
31日の		爽太君 亜美ちゃん 200cc	匠君 180cc	匠君 悠馬君 140cc~80cc	輝君 100cc~80cc

❖ 心菜ちゃん(3ヶ月)ミルクのみ

☆ 後期から午後のミルクは200ccになります。