

平成 23年 7 月



離乳食献立予定表



日	曜	前期 5~6ヶ月	中期 7~8ヶ月	後期 9~10ヶ月	完了期 11~12ヶ月
		ドロドロ状 ゴックン期	舌でつぶせる固さ	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.	金	つぶし粥 青菜スープ 人参と青菜のトロトロ煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 トマトスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 トマトスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 トマトスープ
2.	土	つぶし粥 パンプキンスープ 青菜のトロトロ煮	人参パン粥 青菜ソテー餡かけ煮	人参パン粥 青菜ソテー餡かけ煮	人参サンド パンプキンスープ 青菜ソテー
3.	日				
4.	月	つぶし粥 コーンスープ 麩とキャベツのトロトロ煮	ご飯粥 コーンスープ キャベツのそぼろ餡かけ	軟ご飯 コーンスープ キャベツのそぼろ餡かけ	ピラフ コーンスープ キャベツのそぼろ餡かけ
5.	火	つぶし粥 茄子汁 ポテトマッシュ	魚粥 茄子汁 アスパラサラダ トマト	魚軟ご飯 茄子汁 アスパラサラダ トマト	魚ご飯 茄子汁 アスパラサラダ トマト
6.	水	つぶし粥 南瓜汁 白菜のトロトロ煮	ご飯粥 南瓜汁 白菜と挽肉のｱﾝｶﾞ煮 ジャｶﾞ 煮	軟ご飯 南瓜汁 白菜と挽肉のｱﾝｶﾞ煮 ジャｶﾞ 煮	ご飯 南瓜汁 白菜と挽肉煮 ジャｶﾞ煮
7.	木	つぶし粥 キャベツ汁 野菜崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 野菜餡かけ煮 薩摩芋煮	軟ご飯 キャベツ汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 キャベツ汁 五目納豆 薩摩芋煮
8.	金	つぶし粥 青菜スープ 小松菜の崩し煮	煮込みうどん粥 小松菜とカブの胡麻和え	煮込みうどん 小松菜とカブの胡麻和え	煮込みうどん 小松菜とカブの胡麻和え
9.	土	つぶし粥 豆腐汁 ジャガ芋とブロッコリーの崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 ジャガ芋そぼろ煮 ブロッコリー	軟ご飯 豆腐汁 ジャガ芋そぼろ煮 ブロッコリー	ご飯 豆腐汁 ジャガ芋そぼろ煮 ブロッコリー
10.	日				
11.	月	ご飯粥 野菜スープ 白菜とキャベツの崩し煮	ご飯粥 夏野菜シチュー 白菜とキャベツの胡麻和え	軟ご飯 夏野菜シチュー 白菜とキャベツの胡麻和え	ご飯 夏野菜シチュー 白菜とキャベツの胡麻和え
12.	火	つぶし粥 じゃが芋汁 青菜和え崩し煮	魚粥 じゃが芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 じゃが芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 じゃが芋汁 青菜和え トマト
13.	水	つぶし粥 玉葱汁 イモマッシュ	ご飯粥 玉葱汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー	軟ご飯 玉葱汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー	ご飯 玉葱汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー
14.	木	つぶし粥 青菜汁 ジャガと人参のトロトロ煮	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
15.	金	つぶし粥 人参スープ 麩ととろろﾌﾙｰﾂの崩し煮	冷しそうめん 豆腐入りサラダ フルーツ	冷しそうめん 豆腐入りサラダ フルーツ	冷しそうめん 豆腐入りサラダ フルーツ
16.	土	つぶし粥 カブスープ 青菜のトロトロ煮	バナナパン粥 青菜ソテー餡かけ煮	バナナパン粥 青菜ソテー餡かけ煮	フルーツサンド カブスープ 青菜ソテー
17.	日				
18.	月	海の日			
19.	火	つぶし粥 豆腐汁 マカロニマッシュ	魚粥 豆腐汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 豆腐汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚ご飯 豆腐汁 マカロニサラダ ブロッコリー
20.	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 肉とﾋﾞｰﾌﾝの餡かけ煮 トマト	軟ご飯 とろりんスープ 肉とﾋﾞｰﾌﾝの餡かけ煮 トマト	ご飯 とろりんスープ 五目ﾋﾞｰﾌﾝ 焼肉 トマト
21.	木	つぶし粥 南瓜スープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 大根と胡麻和え煮 アｽﾞﾗ	軟ご飯 南瓜汁 大根と胡麻和え煮 アｽﾞﾗ	ご飯 南瓜汁 大根と胡麻和え煮 アｽﾞﾗ
22.	金	つぶし粥 野菜スープ 薩摩とオレンジ崩し煮	野菜うどん 薩摩とオレンジ煮	野菜うどん 薩摩とオレンジ煮	野菜うどん 薩摩とオレンジ煮
23.	土	つぶし粥 コーンスープ ブロッコリーの崩し煮	南瓜パン粥 ブロッコリーのミルク煮	南瓜パン粥 ブロッコリーのミルク煮	南瓜サンド コーンスープ ブロッコリーのミルク煮
24.	日				
25.	月	つぶし粥 トマトスープ 白和えトロトロ煮	ご飯粥 トマトスープ 胡瓜の白和え煮	軟ご飯 トマトスープ 胡瓜の白和え煮	ご飯 トマトスープ 胡瓜の白和え煮
26.	火	つぶし粥 小松菜の崩し煮	魚粥 モヤシスープ 小松菜とカブの胡麻和え	軟魚ご飯 モヤシスープ 小松菜とカブの胡麻和え	魚ご飯 モヤシ汁 小松菜とカブの胡麻和え
27.	水	つぶし粥 薩摩芋汁 三色和え崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 三色和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 薩摩芋汁 三色和え餡かけ煮 肉団子	ご飯 薩摩芋汁 三色和え 肉団子
28.	木	つぶし粥 モヤシ汁 赤ちゃんﾍﾞｰﾋﾞｰ-ﾏｰﾎﾞ-崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 赤ちゃんﾍﾞｰﾋﾞｰ-ﾏｰﾎﾞ	軟ご飯 モヤシ汁 赤ちゃんﾍﾞｰﾋﾞｰ-ﾏｰﾎﾞ	ご飯 モヤシ汁 赤ちゃんﾍﾞｰﾋﾞｰ-ﾏｰﾎﾞ
29.	金	つぶし粥 玉葱スープ 南瓜の崩し煮	三色そうめん 挽肉と南瓜の甘煮	三色そうめん 挽肉と南瓜の甘煮	三色そうめん 挽肉と南瓜の甘煮
30.	土	つぶし粥 青菜スープ 豆腐マッシュ	トマトパン粥 ポテトサラダ	トマトパン ポテトサラダ	トマトサンド 青菜スープ ポテトサラダ
31	日				
ｼﾗの	目安	蓮音君 心菜ちゃん 爽太君 亜美ちゃん 200cc	爽太君 亜美ちゃん 180cc	駿斗君 匠君 140cc~80cc	駿斗君 匠君 悠馬君 琥太郎君 100cc~80cc

* 紳吏君 (4ヶ月) ミルクのみ

❖後期から午後のミルクは200ccになります。