

平成 23年 10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
		ドロドロ状 ゴックン期	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
1.	土	親子芋煮運動会		
2.	日			
3.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ チンゲン菜の崩し煮	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
4.	火	つぶし粥 春雨スープ ポテトマッシュ	魚粥 春雨スープ ポテトサラダ ブロッコリー煮	魚軟ご飯 春雨スープ ポテトサラダ ブロッコリー煮
5.	水	つぶし粥 大根汁 野菜と薩摩崩し煮	ご飯粥 大根汁 五目野菜 薩摩煮	軟ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩煮
6.	木	つぶし粥 ジャガ芋とアスパラのスープ 鶏肉とグリーンミルク煮	ご飯粥 ジャガ芋とアスパラのスープ 鶏肉とグリーンミルク煮	軟ご飯 ジャガ芋とアスパラのスープ 鶏肉とグリーンミルク煮
7.	金	つぶし粥 人参スープ 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
8.	土	つぶし粥 南瓜スープ 中華ソテー餡かけ煮	南瓜パン粥 中華ソテー餡かけ煮	南瓜パン粥 中華ソテー餡かけ煮
9.	日			
10.	月	体育の日		
11.	火	つぶし粥 青菜汁 ビーフン崩し煮	ご飯粥 青菜汁 肉とビーフン餡かけ煮 ブロッコリー煮	軟ご飯 青菜汁 肉とビーフン餡かけ煮 ブロッコリー煮
12.	水	つぶし粥 薩摩芋汁 ベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 ベビーマーボー トマト	軟ご飯 薩摩芋汁 ベビーマーボー トマト
13.	木	つぶし粥 コーンスープ ひじき寄せ崩し煮	ご飯粥 コーンスープ ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 コーンスープ ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮
14.	金	つぶし粥 青菜スープ アスパラガスのヨーグルト崩し煮	にゅうめん アスパラガスのヨーグルト和え	にゅうめん アスパラガスのヨーグルト和え
15.	土	つぶし粥 玉葱スープ 野菜ソテー餡かけ煮	トマトパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	トマトパン粥 野菜ソテー餡かけ煮
16.	日			
17.	月	つぶし粥 薩摩芋スープ 白菜と人参の崩し煮	ご飯粥 薩摩芋シチュー 白菜と挽き肉の煮物	軟ご飯 薩摩芋シチュー 白菜と挽き肉の煮物
18.	火	つぶし粥 南瓜汁 アスパラの崩し煮	魚粥 南瓜汁 アスパラサラダ	魚軟ご飯 南瓜汁 アスパラサラダ
19.	水	つぶし粥 豆腐汁 キャベツの胡麻和え崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 キャベツの胡麻和え煮 トマト	軟ご飯 豆腐汁 キャベツの胡麻和え煮 トマト
20.	木	つぶし粥 青菜汁 ジャガマッシュ	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
21.	金	つぶし粥 みそ汁 野菜崩し煮	秋色ご飯粥 みそ汁 白身魚と野菜餡かけ煮 フルーツ	秋色軟ご飯 みそ汁 白身魚と野菜餡かけ煮 フルーツ
22.	土	つぶし粥 玉葱スープ 南瓜マッシュ	青菜パン粥 南瓜サラダ	青菜パン粥 南瓜サラダ
23.	日			
24.	月	つぶし粥 キャベツと人参のスープ ほうれん草と薩摩の白和え煮	ご飯粥 キャベツと人参のスープ ほうれん草と薩摩の白和え煮	軟ご飯 キャベツと人参のスープ ほうれん草と薩摩の白和え煮
25.	火	つぶし粥 玉葱汁 薩摩マッシュ	魚粥 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
26.	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 青菜和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 とろりんスープ 青菜和え餡かけ煮 肉団子
27.	木	つぶし粥 モヤシ汁 キャベツと麩の崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 里芋と野菜煮	軟ご飯 モヤシ汁 里芋と野菜煮
28.	金	つぶし粥 人参スープ グリーングリーン和え	煮込みうどん グリーングリーン和え	煮込みうどん グリーングリーン和え
29.	土	つぶし粥 青菜のミルクスープ アスパラとジャガ芋の崩し煮	ミルクパン粥 アスパラソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 アスパラソテー餡かけ煮
30.	日			
31.	月	つぶし粥 のっぺい汁 薩摩芋と林檎の重ね煮	ご飯粥 のっぺい汁 薩摩芋と林檎の重ね煮	軟ご飯 のっぺい汁 薩摩芋と林檎の重ね煮
ミッド	目安	暉琉君 勇誠君 はる君 絆吏君 200cc	はる君 絆吏君 心菜ちゃん 侑馬君 爽太君 亜美ちゃん 180cc	爽太君 亜美ちゃん 140cc~80cc

❖ 琉月ちゃん、玲乃ちゃん(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。