

平成 23年 11 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 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.	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
2.	水	つぶし粥 カブ汁 三色崩し煮	ご飯粥 カブ汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 カブ汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 カブ汁 三色和え煮 ジャガ煮
3.	木	文化の日			
4.	金	つぶし粥 トマトスープ ブロッコリーのトロトロ煮	そうめん焼きそば風餡かけ ブロッコリーとミルクのスープ	そうめん焼きそば風餡かけ ブロッコリーとミルクのスープ	そうめん焼きそば風 ブロッコリーとミルクのスープ
5.	土	つぶし粥 コーンスープ ほうれん草のトロトロ煮	リンゴパン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	リンゴパン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	ポテトサンド コーンスープ ほうれん草ソテー
6.	日				
7.	月	つぶし粥 豆腐汁 ジャガ崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 豆腐汁 肉ジャガ煮 アスパラ	ご飯 豆腐汁 肉ジャガ煮 アスパラ
8.	火	つぶし粥 青菜汁 人参とジャガ芋のトロトロ煮	魚粥 青菜汁 南瓜サラダ トマト	魚軟ご飯 青菜汁 南瓜サラダ トマト	魚ご飯 青菜汁 南瓜サラダ トマト
9.	水	つぶし粥 とろりんスープ つぶしビーフン崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ ビーツ餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 とろりんスープ ビーツ餡かけ煮 アスパラ	ご飯 とろりんスープ ビーツ ササ焼 アスパラ
10.	木	つぶし粥 薩摩芋汁 ヒジキ寄せ崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 薩摩芋汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 薩摩芋汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
11.	金	つぶし粥 キャベツスープ 青菜の崩し煮	キャベツのうどんスープ 青菜和え餡かけ煮	キャベツのうどんスープ 青菜和え餡かけ煮	キャベツのうどんスープ 青菜和え煮
12.	土	つぶし粥 カブスープ アップルキャロット崩し煮	南瓜パン粥 アップルキャロット	南瓜パン粥 アップルキャロット	南瓜サンド カブスープ アップルキャロット
13.	日				
14.	月	つぶし粥 ジャガ汁 白菜とレタスの崩し煮	ご飯粥 ポパイシチュー 白菜と挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 ポパイシチュー 白菜と挽肉の餡かけ煮	ご飯 ポパイシチュー 白菜と挽肉の煮物
15.	火	つぶし粥 玉葱汁 ジャガとブロッコリートロトロ煮	魚粥 玉葱汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 玉葱汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚ご飯 玉葱汁 マカロニサラダ ブロッコリー
16.	水	つぶし粥 コーンスープ 赤ちゃんビーマーボー崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 赤ちゃんビーマーボー	軟ご飯 コーンスープ 赤ちゃんビーマーボー	ご飯 コーンスープ 赤ちゃんビーマーボー
17.	木	つぶし粥 南瓜汁 筑前の崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 筑前の餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 南瓜汁 筑前の餡かけ煮 アスパラ	ご飯 南瓜汁 筑前煮 アスパラ
18.	金	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん粥 ツナと南瓜の甘煮	煮込みうどん ツナと南瓜の甘煮	煮込みうどん ツナと南瓜の甘煮
19.	土	つぶし粥 パンプキンスープ 野菜のトロトロ煮	五目餡かけご飯 パンプキンスープ 豆腐と挽肉あんかけ	五目餡かけご飯 パンプキンスープ 豆腐と挽肉あんかけ	五目釜飯 パンプキンスープ 豆腐と挽肉あんかけ
20.	日				
21.	月	つぶし粥 野菜スープ 林檎と薩摩芋崩し煮	ご飯粥 野菜シチュー 林檎と薩摩芋煮	軟ご飯 野菜シチュー 林檎と薩摩芋煮	ご飯 野菜シチュー 林檎と薩摩芋煮
22.	火	つぶし粥 白菜汁 マッシュサラダ	魚粥 白菜汁 マッシュサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 白菜汁 マッシュサラダ ブロッコリー	ご飯 白菜汁 マッシュサラダ ブロッコリー
23.	水	勤労感謝の日			
24.	木	つぶし粥 モヤシ汁 大根とジャガ崩し煮	ご飯粥 モヤシ汁 大根の胡麻和え トマト	軟ご飯 モヤシ汁 大根の胡麻和え トマト	ご飯 モヤシ汁 大根の胡麻和え トマト
25.	金	つぶし粥 胡瓜スープ 人参と麩のおろし煮	中華餡かけ粥 フルーツ 白身魚と胡瓜のスープ	中華餡かけ丼 フルーツ 白身魚と胡瓜のスープ	中華餡かけ丼 フルーツ 白身魚と胡瓜のスープ
26.	土	つぶし粥 人参スープ ほうれん草の豆腐崩し煮	ミルクパン粥 ほうれん草の豆腐和え煮	ミルクパン粥 ほうれん草の豆腐和え煮	スティックパン 人参スープ ほうれん草の豆腐和え煮
27.	日				
28.	月	つぶし粥 玉葱汁 カリフラワー崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 玉葱汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	ご飯 玉葱汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮
29.	火	つぶし粥 青菜汁 ブロッコリートロトロ煮	魚粥 青菜汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 青菜汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー	魚ご飯 青菜汁 薩摩芋サラダ ブロッコリー
30.	水	つぶし粥 豆腐汁 チンゲン菜の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 豆腐汁 チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	ご飯 豆腐汁 チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮
ミルクの	目安	琉月ちゃん 玲乃ちゃん 勇誠君 暉琉君 200cc	絆吏君 心菜ちゃん 180cc	心菜ちゃん 侑馬君 爽太君 亜美ちゃん 140cc~80cc	爽太君 亜美ちゃん 100cc~80cc

❖ 後期から午後のミルクは200ccになります。