

平成 25年 2 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.	金	つぶし粥 青菜汁 野菜崩し煮	ご飯粥 青菜汁 野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 青菜汁 野菜餡かけ煮 肉団子	ご飯 青菜汁 野菜煮 肉団子
2.	土	つぶし粥 キャベツスープ ジャガ芋マッシュ	ミルクパン粥 マカロニサラダ	ミルクパン粥 マカロニサラダ	スティックパン マカロニサラダ キャベツスープ
3.	日				
4.	月	つぶし粥 けんちんスープ 南瓜とひき肉の煮物崩し	ご飯粥 けんちん汁 南瓜とひき肉の煮物	軟ご飯 けんちん汁 南瓜とひき肉の煮物	人参ご飯 けんちん汁 南瓜とひき肉の煮物
5.	火	つぶし粥 南瓜スープ 青菜と人参のトロトロ煮	魚粥 南瓜汁 青菜和え餡かけ煮 カブ煮	魚軟ご飯 南瓜汁 青菜和え餡かけ煮 カブ煮	魚ご飯 南瓜汁 青菜和え カブ煮
6.	水	つぶし粥 野菜スープ ポテトマッシュ	ご飯粥 野菜スープ ポテトサラダ ブロッコリー	軟ご飯 野菜スープ ポテトサラダ ブロッコリー	ご飯 野菜スープ ポテトサラダ ブロッコリー
7.	木	つぶし粥 白菜スープ キャベツのそぼろ崩し煮	ご飯粥 白菜汁 キャベツとササミのそぼろ煮	軟ご飯 白菜汁 キャベツとササミのそぼろ煮	ご飯 白菜汁 キャベツとササミのそぼろ煮
8.	金	つぶし粥 アスパラとタマネギ 人参とジャガの崩し煮	鱈のクリーム素麺餡かけ カブとレタスのスープ	サケのクリーム素麺餡かけ カブとレタスのスープ	サケのクリーム素麺餡かけ カブとレタスのスープ
9.	土	つぶし粥 玉葱スープ カブの崩し煮	林檎パン粥 野菜ソテー餡かけ煮	林檎パン粥 野菜ソテー餡かけ煮	林檎サンド 玉葱スープ 野菜ソテー
10.	日				
11.	月	建国記念日			
12.	火	つぶし粥 コーンスープ 人参とタマネギの崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 鱈とジャガ芋のマッシュ	軟ご飯 コーンスープ 鱈とジャガ芋のマッシュ	ご飯 コーンスープ 鱈とジャガ芋のマッシュ
13.	水	つぶし粥 カブスープ ブロッコリーの崩し煮	魚粥 カブ汁 ブロッコリーサラダ	魚軟ご飯 カブ汁 ブロッコリーサラダ	魚ご飯 カブ汁 ブロッコリーサラダ
14.	木	つぶし粥 青菜スープ 玉葱と人参の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ煮 林檎煮	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 林檎煮	ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 林檎煮
15.	金	つぶし粥 野菜スープ 豆腐と薩摩芋崩し煮	充実ライス粥 野菜スープ 豆腐と薩摩芋の和え煮	充実ライス 野菜スープ 豆腐と薩摩芋の和え煮	充実ライス 野菜スープ 豆腐と薩摩芋の和え煮
16.	土	つぶし粥 人参スープ ジャガ芋と麩の崩し煮	ほうれん草パン粥 ジャガ芋と麩の煮物	ほうれん草パン粥 ジャガ芋と麩の煮物	ほうれん草サンド 人参スープ ジャガ芋と麩の煮物
17.	日				
18.	月	つぶし粥 とろりんスープ 白和え崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ 白和えとブロッコリー煮	軟ご飯 とろりんスープ 白和えとブロッコリー煮	ご飯 とろりんスープ 白和えとブロッコリー煮
19.	火	つぶし粥 大根スープ 青菜和え崩し煮	魚粥 大根汁 青菜和えアツ炊煮 カブ	魚軟ご飯 大根汁 青菜和えアツ炊煮 カブ	魚ご飯 大根汁 青菜和え カブ
20.	水	つぶし粥 玉葱スープ キャベツとカブの崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 キャベツとカブの餡かけ煮	軟ご飯 玉葱汁 キャベツとカブの餡かけ煮	ご飯 玉葱汁 キャベツとカブ煮
21.	木	つぶし粥 青菜スープ 玉葱と人参の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 ひじき寄せアツ炊煮 ジャガ煮	軟ご飯 青菜汁 ひじき寄せアツ炊煮 ジャガ煮	ご飯 青菜汁 ひじき寄せ煮 ジャガ煮
22.	金	つぶし粥 野菜崩し煮 ブロッコリーとジャガ芋のスープ	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリーとジャガ芋のスープ	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリーとジャガ芋のスープ	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリーとジャガ芋のスープ
23.	土	つぶし粥 コーンスープ 白菜の崩し煮	南瓜パン粥 白菜と挽肉の餡かけ煮	南瓜パン粥 菜と挽肉の餡かけ煮	南瓜サンド コーンスープ 白菜と挽肉の餡かけ煮
24.	日				
25.	月	つぶし粥 大根スープ 白菜と人参の崩し煮	ご飯粥 大根汁 白菜と挽肉のそぼろあんかけ	軟ご飯 大根汁 白菜と挽肉のそぼろあんかけ	ご飯粥 大根汁 白菜と挽肉のそぼろあんかけ
26.	火	つぶし粥 薩摩芋スープ レタスと麩の崩し煮	魚粥 薩摩芋汁 レタスと麩の餡かけ煮	魚軟ご飯 薩摩芋汁 レタスと麩の餡かけ煮	魚ご飯 薩摩芋汁 レタスと麩の餡かけ煮
27.	水	つぶし粥 豆腐スープ カブと人参の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 カブとほうれん草の煮物	軟ご飯 豆腐汁 カブとほうれん草の煮物	ご飯 豆腐汁 カブとほうれん草の煮物
28.	木	つぶし粥 チンゲン菜スープ 薩摩芋と野菜の崩し煮	ご飯粥 チンゲン菜スープ 薩摩芋煮 野菜の餡かけ煮	軟ご飯 チンゲン菜スープ 薩摩芋煮 五目納豆	ご飯 チンゲン菜スープ 薩摩芋煮 五目納豆
ミルクの	目安	美羽ちゃん 200cc	斗聖君 芽生ちゃん 180cc	桜花ちゃん・春道君 大翔君 80cc~140cc	春道君 大翔君 悠斗君 80cc~100cc

❖後期から午後のミルクは200ccになります。