

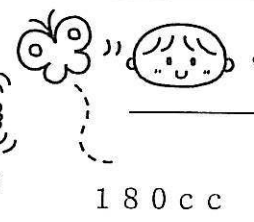
平成 24年 4 月



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 豆腐スープ 野菜のトロトロ煮	餡かけご飯粥 野菜煮 南瓜スープ	餡かけご飯粥 野菜煮 南瓜スープ	餡かけご飯粥 野菜煮 南瓜スープ
3.	火	つぶし粥 モヤシ汁 林檎入り芋マッシュ	魚粥 モヤシ汁 林檎入り芋サラダ	魚軟ご飯 モヤシ汁 林檎入り芋サラダ	魚ご飯 モヤシ汁 林檎入り芋サラダ
4.	水	つぶし粥 大根汁 温野菜崩し煮	ご飯粥 大根汁 温野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 大根汁 温野菜餡かけ煮 肉団子	ご飯 大根汁 温野菜煮 肉団子
5.	木	つぶし粥 チンゲン菜スープ 赤ちゃんベビー-マーボー-崩し煮	ご飯粥 チンゲン菜スープ 赤ちゃんベビー-マーボー-	軟ご飯 チンゲン菜スープ 赤ちゃんベビー-マーボー-	ご飯 チンゲン菜スープ 赤ちゃんベビー-マーボー-
6.	金	つぶし粥 ジャガスープ キャベツとカブの崩し煮	そうめん和風餡かけ煮 キャベツと玉葱スープ	そうめん和風餡かけ煮 キャベツと玉葱スープ	そうめん和風餡かけ煮 キャベツと玉葱スープ
7.	土	つぶし粥 コーンスープ 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	ロールサンド コーンスープ ほうれん草の豆腐和え煮
8.	日				
9.	月	つぶし粥 ブロッコリ-スープ 白菜と麩の崩し煮	ご飯粥 ブロッコリ-シチュー 白菜と挽肉の煮物	軟ご飯 ブロッコリ-シチュー 白菜と挽肉の煮物	ご飯 ブロッコリ-シチュー 白菜と挽肉の煮物
10.	火	つぶし粥 玉葱汁 青菜と人参崩し煮	魚粥 玉葱汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 玉葱汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 玉葱汁 青菜和え トマト
11.	水	つぶし粥 青菜汁 ピーマン崩し煮	ご飯粥 青菜汁 ピーマン-ソテー-餡かけ煮 お浸し	軟ご飯 青菜汁 ピーマン-ソテー-餡かけ煮 お浸し	ご飯 青菜汁 ピーマン-ソテー- 焼きお浸し
12.	木	つぶし粥 カブ汁 薩摩芋マッシュ	ご飯粥 カブ汁 五目野菜 薩摩芋煮	軟ご飯 カブ汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 カブ汁 五目納豆 薩摩芋煮
13.	金	つぶし粥 花びらスープ 大根とカブの崩し煮	ご飯粥 花びらスープ フルーツ 挽肉とカブの餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 花びらスープ フルーツ 挽肉とカブの餡かけ煮 アスパラ	ご飯 花びらスープ フルーツ 挽肉とカブ煮 アスパラ
14.	土	つぶし粥 玉葱スープ 野菜トロトロ煮	南瓜パン粥 野菜と挽肉のソテー-餡かけ煮	南瓜パン粥 野菜と挽肉のソテー-餡かけ煮	南瓜サンド 玉葱スープ 野菜と挽肉のソテー
15.	日				
16.	月	つぶし粥 人参スープ 豆腐と人参の崩し煮	ご飯粥 ホワイトシチュー 高野豆腐と鰹のうま煮	軟ご飯 ホワイトシチュー 高野豆腐と鰹のうま煮	ご飯 ホワイトシチュー 高野豆腐と鰹のうま煮
17.	火	つぶし粥 キャベツ汁 ポテトマッシュ	魚粥 キャベツ汁 ポテトサラダ ブロッコリ-煮	魚軟ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ ブロッコリ-煮	魚ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ ブロッコリ-煮
18.	水	つぶし粥 春雨スープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 春雨スープ 大根と胡麻和え煮	軟ご飯 春雨スープ 大根と胡麻和え煮	ご飯 春雨スープ 大根と胡麻和え煮
19.	木	つぶし粥 とろりんスープ ジャガと麩のトロトロ煮	ご飯粥 とろりんスープ 肉ジャガ煮 ブロッコリー	軟ご飯 とろりんスープ 肉ジャガ煮 ブロッコリー	ご飯 とろりんスープ 肉ジャガ煮 ブロッコリー
20.	金	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん ひき肉と南瓜の甘煮	煮込みうどん ひき肉と南瓜の甘煮	煮込みうどん ひき肉と南瓜の甘煮
21.	土	つぶし粥 ジャガ芋スープ ほうれん草ソテー-崩し煮	人参パン粥 ほうれん草ソテー-餡かけ煮	人参パン粥 ほうれん草ソテー-餡かけ煮	野菜サンド ジャガスープ ほうれん草ソテー
22.	日				
23.	月	つぶし粥 大根汁 三色和え崩し煮	ご飯粥 大根汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 大根汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 大根汁 三色和え ジャガ煮
24.	火	つぶし粥 南瓜汁 ブロッコリーと麩煮	魚粥 南瓜汁 マカロニサラダ ブロッコリ-煮	魚軟ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ ブロッコリ-煮	魚ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ ブロッコリ-煮
25.	水	つぶし粥 豆腐汁 キャベツの崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 キャベツのそぼろ煮	軟ご飯 豆腐汁 キャベツのそぼろ煮	ご飯 豆腐汁 キャベツのそぼろ煮
26.	木	つぶし粥 キャベツ汁 人参と麩のトロトロ煮	ご飯粥 キャベツ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 キャベツ汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	ご飯 キャベツ汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガボール
27.	金	つぶし粥 豆腐スープ 野菜崩し煮	白菜素麺餡かけ煮 白身魚と豆腐のスープ	白菜素麺餡かけ煮 白身魚と豆腐のスープ	白菜素麺餡かけ煮 白身魚と豆腐のスープ
28.	土	つぶし粥 胡瓜スープ 南瓜のミルク崩し煮	青菜パン粥 南瓜のミルク煮	青菜パン粥 南瓜のミルク煮	スティックパン 南瓜のミルク煮 胡瓜スープ
29.	日				
30.	月	昭和の日			
ミルクの	目安	200cc	180cc	琉月ちゃん 優真君 玲乃ちゃん 勇誠君 140cc~80cc	勇誠君 暉琉君 芽生ちゃん 柚朱ちゃん 陽菜ちゃん 100cc~80cc



\* 後期から午後のミルクは200ccになります。