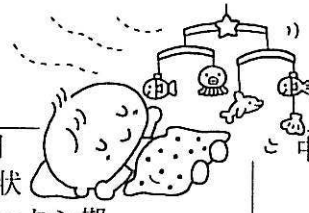


平成 24年 7月



離乳食献立予定表

日	曜	前期 5~6ヶ月 ドロドロ状 ゴクン期	中期 7~8ヶ月 舌でつぶせる固さ モグモグ期	完了期 11ヶ月~ 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	日			
2.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ キャベツの崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 キャベツと肉の胡麻和え煮	
3.	火	つぶし粥 青菜スープ ポテトマッシュ	魚粥 青菜汁 ポテトサラダ ブロッコリー煮	
4.	水	つぶし粥 豆腐スープ ほうれん草の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 三色和え餡かけ煮 南瓜煮	
5.	木	つぶし粥 レタススープ 野菜の崩し煮	ご飯粥 レタススープ 野菜の餡かけ煮 ジャガ煮	
6.	金	つぶし粥 トマトスープ 南瓜の甘煮	煮込みうどん粥 南瓜の甘煮	
7.	土	つぶし粥 アスパラスープ 野菜ソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	
8.	日			
9.	月	つぶし粥 コーンスープ チンゲン菜の崩し煮	ご飯粥 コーンスープ チンゲン菜のそばろ餡かけ煮	
10.	火	つぶし粥 青菜スープ 南瓜マッシュ	魚粥 青菜汁 南瓜サラダ トマト	
11.	水	つぶし粥 とろりんスープ 五目野菜崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ 五目野菜餡かけ煮	
12.	木	つぶし粥 キャベツスープ 赤ちゃんベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 赤ちゃんベビーマーボー	
13.	金	つぶし粥 南瓜スープ 野菜崩し煮	焼きそば風餡かけ煮 南瓜と玉葱のスープ	
14.	土	つぶし粥 大根スープ ほうれん草と白和え崩し煮	ご飯粥 大根汁 ほうれん草と薩摩の白和え	
15.	日			
16.	月	海の日		
17.	火	つぶし粥 玉葱スープ 人参とじゃが芋の崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 五目野菜餡かけ煮 ジャガ煮	
18.	水	つぶし粥 豆腐スープ いもマッシュ	魚粥 豆腐汁 マセドアンサラダ トマト	
19.	木	つぶし粥 人参スープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 人参スープ 青菜和え餡かけ煮 肉団子	
20.	金	つぶし粥 胡瓜スープ トマトとカブの崩し煮	ベビーそうめんスープ トマトとカブ和え餡かけ煮 フルーツ	
21.	土	つぶし粥 コーンスープ バナナとほうれん草崩し煮	南瓜パン粥 バナナとほうれん草和え	
22.	日			
23.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ カブと人参の崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 カブと小松菜の餡かけ煮	
24.	火	つぶし粥 栄養スープ 青菜和え崩し煮	魚粥 栄養汁 青菜胡麻和え餡かけ煮 トマト	
25.	水	つぶし粥 ブロッコリースープ キャベツと人参の崩し煮	ご飯粥 ブロッコリースープ キャベツと人参のそばろ餡かけ	ご飯 ブロッコリースープ キャベツと人参のそばろ餡かけ
26.	木	つぶし粥 南瓜スープ 豆腐とアスパラ崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 肉ジャガ煮 アスパラ煮	ご飯 南瓜汁 肉ジャガ煮 アスパラ煮
27.	金	つぶし粥 野菜スープ 大根とカブのミルク崩し煮	野菜うどん粥 大根とカブのミルク煮	野菜うどん 大根とカブのミルク煮
28.	土	つぶし粥 玉葱スープ アスパラ崩し煮	人参パン粥 アスパラサラダ	人参サンド 玉葱と鰯のスープ アスパラサラダ
29.	日			
30.	月	つぶし粥 大根スープ 白菜とキャベツの崩し煮	ご飯粥 具たくさん汁 カブとキャベツの餡かけ煮	ご飯 具たくさん汁 白菜とキャベツの餡かけ煮
31.	火	つぶし粥 コーンスープ 野菜寄せ餡かけ煮	ご飯粥 コーンスープ 野菜と鶏肉の餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 コーンスープ ひじき寄せ煮 ジャガ煮
ミルクの	目安	悠生君 200cc	遼君 180cc	博美ちゃん 100cc~80cc

❖ 春道君 (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。