

平成24年8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.	水	つぶし粥 大根スープ 野菜とジャガの崩し煮	ご飯粥 大根汁 野菜和え 餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 大根汁 野菜和え 餡かけ煮 肉団子	ご飯 大根汁 野菜和え 肉団子
2.	木	つぶし粥 あられスープ 青菜のトロトロ煮	ご飯粥 あられスープ ほうれん草と白和え煮	軟ご飯 あられスープ ほうれん草と白和え煮	ご飯 あられスープ ほうれん草と白和え煮
3.	金	つぶし粥 青菜スープ ブロッコリーと豆腐の崩し煮	中華そうめん 餡かけ煮 夏野菜のスープ	中華そうめん 餡かけ煮 夏野菜のスープ	中華そうめん 餡かけ煮 夏野菜のスープ
4.	土	つぶし粥 トマトスープ レタスのトロトロ煮	バナナパン粥 レタスソテー 餡かけ煮	バナナパン粥 レタスソテー 餡かけ煮	バナナフレンチトースト レタスソテー トマトスープ
5.	日				
6.	月	つぶし粥 コロコロスープ キャベツとミルクトロトロ煮	ご飯粥 コロコロスープ キャベツとミルク煮	軟ご飯 コロコロスープ キャベツとミルク煮	ご飯 コロコロスープ キャベツとミルク煮
7.	火	つぶし粥 南瓜スープ 青菜和え崩し煮	魚粥 南瓜汁 青菜和え 餡かけ煮 ブロッコリー	魚軟ご飯 南瓜汁 青菜和え 餡かけ煮 ブロッコリー	魚ご飯 南瓜汁 青菜和え ブロッコリー
8.	水	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 五目野菜 南瓜煮	軟ご飯 青菜汁 五目納豆 南瓜煮	ご飯 青菜汁 五目納豆 南瓜煮
9.	木	つぶし粥 コーンスープ 野菜の崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 野菜の餡かけ煮	軟ご飯 コーンスープ ピーマン 餡かけ煮 トマト	ご飯 コーンスープ ピーマンソテー トマト
10.	金	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん 挽肉と南瓜の甘煮	煮込みうどん 挽肉と南瓜の甘煮	煮込みうどん 挽肉と南瓜の甘煮
11.	土	つぶし粥 青菜スープ じゃが芋と人参のトロトロ煮	人参パン粥 ポテトサラダ	人参パン粥 ポテトサラダ	人参サンド 鱈と玉葱スープ ポテトサラダ
12.	日				
13.	月	つぶし粥 キャベツスープ 豆腐と人参の崩し煮	ご飯粥 キャベツシチュー 豆腐と挽肉の胡麻和え	軟ご飯 キャベツシチュー 豆腐と挽肉の胡麻和え	プRAF キャベツシチュー 豆腐と挽肉の胡麻和え
14.	火	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーマッシュ	魚粥 玉葱汁 ポテトサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 玉葱汁 ポテトサラダ 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
15.	水	つぶし粥 野菜スープ レタスと人参の崩し煮	ご飯粥 野菜スープ レタスと挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 野菜スープ レタスと挽肉の餡かけ煮	ご飯 野菜スープ レタスと挽肉の餡かけ煮
16.	木	つぶし粥 茄子スープ ジャガ芋とアスパラ崩し煮	ご飯粥 茄子汁 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 茄子汁 肉ジャガ煮 アスパラ	ご飯 茄子汁 肉ジャガ煮 アスパラ
17.	金	つぶし粥 人参スープ 野菜崩し煮	焼きそば 風餡かけ煮 玉葱と人参スープ	焼きそば 風餡かけ煮 玉葱と人参スープ	焼きそば 風餡かけ煮 玉葱と人参スープ
18.	土	つぶし粥 青菜スープ アスパラと麩のトロトロ煮	南瓜パン粥 アスパラサラダ	南瓜パン粥 アスパラサラダ	南瓜サンド アスパラサラダ 青菜と白身魚のスープ
19.	日				
20.	月	つぶし粥 じゃが芋スープ 青菜とトマトの崩し煮	ご飯粥 じゃが芋汁 青菜和え 餡かけ煮 トマト	軟ご飯 じゃが芋汁 青菜和え 餡かけ煮 トマト	ご飯 じゃが芋汁 青菜和え トマト
21.	火	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーと麩煮	魚粥 玉葱汁 南瓜サラダ ブロッコリー	軟魚ご飯 玉葱汁 南瓜サラダ ブロッコリー	魚ご飯 玉葱汁 南瓜サラダ ブロッコリー
22.	水	つぶし粥 トマトスープ フゲン菜とジャガ芋のトロトロ煮	ご飯粥 トマトスープ フゲン菜そぼろ 餡かけ煮	軟ご飯 春雨スープ フゲン菜そぼろ 餡かけ煮	ご飯 春雨スープ フゲン菜そぼろ 餡かけ煮
23.	木	つぶし粥 豆腐スープ 人参と麩のトロトロ煮	ご飯粥 豆腐汁 人参と麩の餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 豆腐汁 ヒジキ寄せ 餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 豆腐汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
24.	金	つぶし粥 豆腐スープ 野菜崩し煮	冷しそうめん フルーツ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	冷しそうめん フルーツ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	冷しそうめん フルーツ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮
25.	土	つぶし粥 トマトスープ レタスのトロトロ煮	ミルクパン粥 レタスソテー 餡かけ煮	ミルクパン粥 中華ソテー 餡かけ煮	ロールサンド 中華ソテー トマトスープ
26.	日				
27.	月	つぶし粥 フゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 フゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 フゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	薩摩芋ご飯 フゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー
28.	火	つぶし粥 南瓜スープ ブロッコリー崩し煮	魚粥 南瓜汁 ブロッコリーサラダ トマト	軟魚ご飯 南瓜汁 ブロッコリーサラダ トマト	魚ご飯 南瓜汁 ブロッコリーサラダ トマト
29.	水	つぶし粥 カブスープ キャベツの崩し煮	ご飯粥 カブ汁 キャベツと挽肉の煮物	軟ご飯 カブ汁 キャベツと挽肉の煮物	ご飯 カブ汁 キャベツと挽肉の煮物
30.	木	つぶし粥 薩摩芋スープ 三色崩し煮	魚粥 薩摩芋汁 三色 餡かけ煮 アスパラ	魚軟ご飯 薩摩芋汁 三色 餡かけ煮 アスパラ	魚ご飯 薩摩芋汁 三色 餡かけ煮 アスパラ
31	金	つぶし粥 麩スープ グリーンベジどうふ崩し煮	にゅうめん グリーンベジどうふ	にゅうめん グリーンベジどうふ	にゅうめん グリーンベジどうふ
ミカ	目安	大翔君 春道君 悠生君 200cc	遼君 180cc	遼君 140cc~80cc	博美ちゃん 100cc~80cc

❖後期から午後のミルクは200ccになります。