

平成24年9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
1.	土	つぶし粥 レタスのスープ 大根と野菜の崩し煮	青菜パン粥 大根と野菜の煮物餡かけ煮	青菜パン粥 大根と野菜の煮物餡かけ煮
2.	日			
3.	月	つぶし粥 薩摩芋スープ キャベツのそぼろ餡かけ煮	ご飯粥 薩摩芋汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 薩摩芋汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮
4.	火	つぶし粥 玉葱スープ 三色和え崩し煮	魚粥 玉葱汁 三色和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 玉葱汁 三色和え餡かけ煮 トマト
5.	水	つぶし粥 大根スープ 薩摩芋と野菜崩し煮	ご飯粥 大根汁 五目野菜 薩摩煮	軟ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩煮
6.	木	つぶし粥 トマトスープ ジャガ芋とアスパラの崩し煮	ご飯粥 トマトスープ 肉ジャガ煮 アスパラ煮	軟ご飯 トマトスープ 肉ジャガ煮 アスパラ煮
7.	金	つぶし粥 胡瓜スープ 南瓜の崩し煮	にゅうめん 挽肉と南瓜の甘煮	にゅうめん 挽肉と南瓜の甘煮
8.	土	つぶし粥 青菜スープ 人参マッシュ	バナナパン粥 人参サラダ	バナナパン粥 人参サラダ
9.	日			
10.	月	つぶし粥 麩スープ 白菜とほうれん草の崩し煮	ご飯粥 麩スープ 白菜と挽き肉の煮物	軟ご飯 麩スープ 白菜と挽き肉の煮物
11.	火	つぶし粥 青菜スープ ブロッコリーマッシュ	魚粥 青菜汁 ブロッコリーサラダ トマト	魚軟ご飯 青菜汁 ブロッコリーサラダ トマト
12.	水	つぶし粥 レタススープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 レタススープ 青菜ゴマ和え餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 レタススープ 青菜ゴマ和え餡かけ煮 アスパラ
13.	木	つぶし粥 豆腐スープ 大根とブロッコリーの崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 大根とブロッコリー含め煮餡かけ煮	軟ご飯 豆腐汁 大根とブロッコリー含め煮餡かけ煮
14.	金	つぶし粥 ジャガ芋と人参スープ 南瓜のミルク崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋と人参スープ 鶏肉と南瓜のミルク煮 フルーツ	軟ご飯 ジャガ芋と人参スープ 鶏肉と南瓜のミルク煮 フルーツ
15.	土	つぶし粥 玉葱スープ 野菜崩し煮	南瓜パン粥 野菜ソテー餡かけ煮	南瓜パン粥 野菜ソテー餡かけ煮
16.	日			
17.	月	敬老の日		
18.	火	つぶし粥 コーンスープ 温野菜崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 温野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 コーンスープ 温野菜餡かけ煮 肉団子
19.	水	つぶし粥 カブスープ 薩摩マッシュ	魚粥 カブ汁 マセドアンサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 カブ汁 マセドアンサラダ ブロッコリー
20.	木	つぶし粥 南瓜スープ キャベツとトマトの崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 キャベツとトマトの煮物	軟ご飯 南瓜汁 キャベツとトマトの煮物
21.	金	つぶし粥 胡瓜スープ アスパラの崩し煮	ゴマ汁うどん アスパラガスのヨーグルト和え	ゴマ汁うどん アスパラガスのヨーグルト和え
22.	土	秋分の日		
23.	日			
24.	月	つぶし粥 キャベツと人参のスープ ほうれん草と薩摩の白和え煮	ご飯粥 キャベツシチュー ほうれん草と薩摩の白和え煮	軟ご飯 キャベツシチュー ほうれん草と薩摩の白和え煮
25.	火	つぶし粥 ジャガ芋スープ レタスと人参の崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 レタス和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 ジャガ芋汁 レタス和え餡かけ煮 トマト
26.	水	つぶし粥 茄子スープ ブロッコリーとトマトの崩し煮	ご飯粥 茄子汁 ささみとブロッコリーの餡かけ煮	軟ご飯 茄子汁 ささみとブロッコリーの餡かけ煮
27.	木	つぶし粥 玉葱スープ 豆腐と人参の崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 玉葱汁 赤ちゃんベビーマーボー
28.	金	つぶし粥 南瓜スープ 野菜崩し煮	焼きそば風餡かけ煮 南瓜のスープ	焼きそば風餡かけ煮 南瓜のスープ
29.	土	芋煮運動会		
30.	日			
ミルクの	目安	大翔君 春道君 200cc	悠生君 180cc	遼君 160~140cc

❖ 芽生ちゃん(3ヶ月)ミルクのみ

☆ 後期から午後のミルクは200ccになります。