

平成24年11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.	木	つぶし粥 カブスープ ジャガ芋とブロッコリー崩し煮	ご飯粥 カブ汁 肉ジャガ煮 ブロccoli	軟ご飯 カブ汁 肉ジャガ煮 ブロccoli	ご飯 カブ汁 肉ジャガ煮 ブロccoli
2.	金	つぶし粥 人参スープ ブロッコリーと白菜のトロトロ煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 白菜と人参のスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 白菜と人参のスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 白菜と人参のスープ
3.	土	文化の日			
4.	日				
5.	月	つぶし粥 大根スープ 野菜のトロトロ煮	ご飯粥 大根汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 大根汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 大根汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮
6.	火	つぶし粥 玉葱スープ かたろろとキャベツの崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 かたろろとキャベツの餡かけ煮	軟ご飯 玉葱汁 かたろろとキャベツの餡かけ煮	ご飯 玉葱汁 かたろろとキャベツの餡かけ煮
7.	水	つぶし粥 白菜スープ 南瓜マッシュ	魚粥 白菜汁 南瓜サラダ ブロccoli	軟ご飯 白菜汁 南瓜サラダ ブロccoli	魚ご飯 白菜汁 南瓜サラダ ブロccoli
8.	木	つぶし粥 青菜スープ 大根とジャガ芋の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 大根とジャガ芋そぼろ餡かけ煮	軟ご飯 青菜汁 大根とジャガ芋そぼろ餡かけ煮	ご飯 青菜汁 大根とジャガ芋そぼろ餡かけ煮
9.	金	つぶし粥 味噌汁 青菜和え崩し煮	中華丼粥 味噌汁 青菜和え餡かけ煮 丸ツ	中華丼 味噌汁 青菜和え餡かけ煮 丸ツ	中華丼 味噌汁 青菜和え フルーツ
10.	土	つぶし粥 野菜スープ ジャガ芋と人参のトロトロ煮	林檎パン粥 グリーングリーン和え	林檎パン粥 グリーングリーン和え	林檎サンド 野菜スープ グリーングリーン和え
11.	日				
12.	月	つぶし粥 栄養スープ 白菜の崩し煮	ご飯粥 栄養汁 白菜と挽肉の胡麻餡かけ煮	軟ご飯 栄養汁 白菜と挽肉の胡麻餡かけ煮	南瓜ご飯 栄養汁 白菜と挽肉の胡麻餡かけ煮
13.	火	つぶし粥 玉葱スープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 鰯と青菜胡麻和え餡かけ	軟ご飯 玉葱汁 鰯と青菜胡麻和え餡かけ	ご飯 玉葱汁 鰯と青菜胡麻和え餡かけ煮
14.	水	つぶし粥 春雨スープ 薩摩マッシュ	ご飯粥 春雨スープ 薩摩サラダ ブロccoli	軟ご飯 春雨スープ 薩摩サラダ ブロccoli	ご飯 春雨スープ 薩摩サラダ ブロccoli
15.	木	つぶし粥 チンゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	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
16.	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
17.	土	つぶし粥 人参スープ 野菜の崩し煮	ミルクパン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	ロールサンド 人参スープ ほうれん草ソテー餡かけ煮
18.	日				
19.	月	つぶし粥 白菜シチュー 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 白菜シチュー 大根と挽肉の胡麻和え煮	軟ご飯 白菜シチュー 大根と挽肉の胡麻和え煮	ご飯 白菜シチュー 大根と挽肉の胡麻和え煮
20.	火	つぶし粥 青菜スープ 林檎マッシュ	ご飯粥 青菜汁 林檎サラダ ブロccoli	軟ご飯 青菜汁 林檎サラダ ブロccoli	ご飯 青菜汁 林檎サラダ ブロccoli
21.	水	つぶし粥 カブスープ 薩摩和え崩し煮	ご飯粥 カブ汁 肉団子 ゴマ和え餡かけ煮	軟ご飯 カブ汁 肉団子 ゴマ和え餡かけ煮	ご飯 カブ汁 ゴマ和え 肉団子
22.	木	つぶし粥 キャベツスープ 人参と麩のトロトロ煮	ご飯粥 キャベツ汁 麩とブロッコリーの煮物	軟ご飯 キャベツ汁 麩とブロッコリーの煮物	ご飯 キャベツ汁 麩とブロッコリーの煮物
23.	金	勤労感謝の日			
24.	土	つぶし粥 コーンスープ キャベツとミルクのトロトロ煮	ミルクパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	スティックパン 野菜ソテー コーンスープ
25.	日				
26.	月	つぶし粥 大根スープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 大根汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 大根汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	ご飯 大根汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮
27.	火	つぶし粥 青菜スープ ポテトマッシュ	ご飯粥 青菜汁 ポテトサラダ レタス	軟ご飯 青菜汁 ポテトサラダ レタス	ご飯 青菜汁 ポテトサラダ レタス
28.	水	つぶし粥 野菜スープ 南瓜の崩し煮	ご飯粥 野菜スープ 南瓜とほうれん草の煮物	軟ご飯 野菜スープ 南瓜とほうれん草の煮物	ご飯 野菜スープ 南瓜とほうれん草の煮物
29.	木	つぶし粥 豆腐スープ 野菜の崩し煮	ご飯粥 豆腐汁 里芋と野菜の煮物	軟ご飯 豆腐汁 里芋と野菜の煮物	ご飯 豆腐汁 里芋と野菜の煮物
30.	金	つぶし粥 人参スープ 林檎と薩摩芋の崩し煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮
11月の	目安	芽生ちゃん 桜花ちゃん 200cc	春道君 大翔君 180cc	悠生君 160cc~140cc	遼君 100cc~80cc

❖後期から午後のミルクは200ccになります。