

平成24年12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 青菜のミルクスープ アスパラとジャガ芋の崩し煮	ミルクパン粥 アスパラソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 アスパラソテー餡かけ煮
2.	日			
3.	月	つぶし粥 パプキンスープ チンゲン菜の崩し煮	ご飯粥 パプキンシチュー チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 パプキンシチュー チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮
4.	火	つぶし粥 玉葱スープ 薩摩マッシュ	魚粥 玉葱汁 薩摩サラダ ブロccoli煮	魚軟ご飯 玉葱汁 薩摩サラダ ブロccoli煮
5.	水	つぶし粥 青菜汁 ジャガマッシュ	ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 アスパラ
6.	木	つぶし粥 南瓜スープ じゃが芋と人参の崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 南瓜汁 ひじき寄せ餡かけ煮 ジャガ煮
7.	金	つぶし粥 豆腐とレタスのスープ ブロッコリーのミルク崩し煮	ご飯粥 豆腐とレタスのスープ 鶏肉とブロッコリーのミルク煮	軟ご飯 豆腐とレタスのスープ 鶏肉とブロッコリーのミルク煮
8.	土	つぶし粥 南瓜スープ 中華ソテー餡かけ煮	南瓜パン粥 中華ソテー餡かけ煮	南瓜パン粥 中華ソテー餡かけ煮
9.	日			
10.	月	つぶし粥 人参スープ 白菜と人参の崩し煮	ご飯粥 じゃが芋シチュー 白菜と挽き肉の煮物	軟ご飯 じゃが芋シチュー 白菜と挽き肉の煮物
11.	火	つぶし粥 豆腐スープ ポテトマッシュ	魚粥 豆腐汁 ポテトサラダ お浸し	魚軟ご飯 豆腐汁 ポテトサラダ お浸し
12.	水	つぶし粥 カブスープ キャベツと麩の崩し煮	ご飯粥 カブ汁 キャベツと麩の和え餡かけ煮	軟ご飯 カブ汁 キャベツの麩の和え餡かけ煮
13.	木	つぶし粥 大根スープ ベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 大根汁 ベビーマーボー ジャガ煮	軟ご飯 大根汁 ベビーマーボー ジャガ煮
14.	金	つぶし粥 青菜スープ 薩摩芋のヨーグルト崩し煮	にゅうめん 薩摩芋のヨーグルト和え	にゅうめん 薩摩芋のヨーグルト和え
15.	土	保育発表会  *  *  *  *  *  *  *  *  *  *  *  *		
16.	日			
17.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ ビーフン崩し煮	ご飯粥 じゃが芋汁 肉とビーフン餡かけ煮 ブロccoli煮	軟ご飯 じゃが芋汁 肉とビーフン餡かけ煮 ブロccoli煮
18.	火	つぶし粥 南瓜スープ 野菜の崩し煮	魚粥 南瓜汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 南瓜汁 青菜和え餡かけ煮 トマト
19.	水	つぶし粥 カブスープ 温野菜崩し煮	ご飯粥 カブ汁 温野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 カブ汁 温野菜餡かけ煮 肉団子
20.	木	つぶし粥 とろりんスープ 薩摩芋のリング煮	ご飯粥 とろりんスープ 五目野菜餡かけ煮 薩摩芋とリンゴの煮	軟ご飯 とろりんスープ 五目納豆 薩摩芋とリンゴの煮
21.	金	つぶし粥 みそ汁 野菜崩し煮	ゴマ汁うどん 南瓜の甘煮	ゴマ汁うどん 南瓜の甘煮
22.	土	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーマッシュ	リングパン粥 ブロッコリーサラダ	リングパン粥 ブロッコリーサラダ
23.	日	天皇誕生日		
24.	月	振替休日		
25.	火	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
26.	水	つぶし粥 玉葱スープ カブと青菜和え崩し煮	魚粥 玉葱汁 青菜和え餡かけ煮 カブ煮	魚軟ご飯 玉葱汁 青菜和え餡かけ煮 カブ煮
27.	木	つぶし粥 白菜スープ レタスとじゃが芋の崩し煮	ご飯粥 白菜汁 レタスとじゃが芋の餡かけ煮	軟ご飯 白菜汁 レタスとじゃが芋の餡かけ煮
28.	金	つぶし粥 人参スープ グリーングリーン和え	煮込みうどん グリーングリーン和え	煮込みうどん グリーングリーン和え
29.	土	つぶし粥 青菜のミルクスープ カブと玉葱の崩し煮	青菜パン粥 カブと鱈の餡かけ煮	青菜パン粥 カブと鱈の餡かけ煮
30.	日			
31.	月			
ミルクの	目安	芽生ちゃん 200cc	桜花ちゃん 春道君 大翔君 180cc	春道君 大翔君 悠生君 160cc~140cc



* 後期から午後のミルクは200ccになります。