


平成25年 5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		ご飯粥 大根汁 青菜和え胡麻和え餡かけ煮	軟ご飯 大根汁 青菜和え胡麻和え餡かけ煮	薩摩芋ご飯 大根汁 青菜和え胡麻和え
2.	木		ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ煮 トマト	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 トマト	ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 トマト
3.	金	憲法記念日			
4.	土	みどりの日			
5.	日	こどもの日			
6.	月	振替休日			
7.	火		ご飯粥 コーンスープ 人参と胡瓜の白和え	軟ご飯 コーンスープ 人参と胡瓜の白和え	ご飯 コーンスープ 人参と胡瓜の白和え
8.	水		魚粥 青菜汁 薩摩サラダ アスパラ	魚軟ご飯 青菜汁 薩摩サラダ アスパラ	魚ご飯 青菜汁 薩摩サラダ アスパラ
9.	木		ご飯粥 ジャガ芋汁 筑前餡かけ煮 レタス	軟ご飯 ジャガ芋汁 筑前餡かけ煮 レタス	ご飯 ジャガ芋汁 筑前餡かけ煮 レタス
10.	金		ご飯粥 みそ汁 丸-ツ 高野豆腐と青菜和え餡かけ	軟ご飯 みそ汁 丸-ツ 高野豆腐と青菜和え餡かけ	ご飯 みそ汁 丸-ツ 高野豆腐と青菜和え餡かけ
11.	土		人参パン粥 カブの胡麻和え餡かけ煮	人参パン粥 カブの胡麻和え餡かけ煮	人参サンド カブの胡麻和え 白身魚と胡瓜のスープ
12.	日				
13.	月		ご飯粥 ブロッコリー-シチュー 挽肉と白野菜の煮物	軟ご飯 ブロッコリー-シチュー 挽肉と野菜の煮物	ご飯 ブロッコリー-シチュー 挽肉と野菜の煮物
14.	火		魚粥 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え	魚軟ご飯 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え	魚ご飯 にぎやかあられ汁 南瓜のクリーム和え
15.	水	つぶし粥 とろりんスープ ピーフンとアスパラの崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ ピ-フンテ-餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 とろりんスープ ピ-フンテ-餡かけ煮 アスパラ	ご飯 とろりんスープ ピーフンソテー アスパラ
16.	木	つぶし粥 大根スープ 薩摩芋のトロトロ煮	ご飯粥 大根汁 野菜餡かけ煮 薩摩煮	軟ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩芋煮
17.	金	つぶし粥 豆腐スープ バナナとブロッコリー-の崩し煮	煮込みうどん ブロッコリーとバナナ和え	煮込みうどん ブロッコリーとバナナ和え	煮込みうどん ブロッコリーとバナナ和え
18.	土	つぶし粥 人参スープ レタスと麩のトロトロ煮	ミルクパン粥 春雨とレタスソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 春雨とレタスソテー餡かけ煮	スティックパン 人参スープ 春雨とレタスソテー餡かけ煮
19.	日				
20.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ 人参とアスパラの崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 人参とアスパラの餡かけ煮	軟ご飯 ジャガ芋汁 人参とアスパラの餡かけ煮	ご飯 ジャガ芋汁 人参とアスパラの餡かけ煮
21.	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 レタス	魚軟ご飯 豆腐汁 ポテトサラダ レタス	魚ご飯 豆腐汁 ポテトサラダ レタス
22.	水	つぶし粥 トマトスープ ほうれん草と玉葱の崩し煮	ご飯粥 トマトスープ 肉団子 温野菜煮	軟ご飯 トマトスープ 肉団子 温野菜煮	ご飯 トマトスープ 肉団子 温野菜煮
23.	木	つぶし粥 青菜スープ 大根と麩の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 大根と魚の煮物	軟ご飯 青菜汁 大根と鮭の煮物	ご飯 青菜汁 大根と鮭の煮物
24.	金	つぶし粥 ブロッコリー-スープ 野菜のトロトロ煮	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリー-と人参スープ	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリー-と人参スープ	焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリー-と人参スープ
25.	土	合同遠足			
26.	日				
27.	月	つぶし粥 キャベツスープ カブとジャガ芋の崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 カブとジャガ芋の煮物	軟ご飯 キャベツ汁 カブとジャガ芋の煮物	ご飯 キャベツ汁 カブとジャガ芋の煮物
28.	火	つぶし粥 玉ネギスープ 三色和え崩し煮	魚粥 玉葱汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	魚軟ご飯 玉葱汁 三色和え餡かけ煮 ジャガ煮	魚ご飯 玉葱汁 三色和え ジャガ煮
29.	水	つぶし粥 カブスープ アスパラと薩摩芋のトロトロ煮	ご飯粥 カブ汁 マセドアンサラダ お浸し	軟ご飯 カブ汁 マセドアンサラダ お浸し	ご飯 カブ汁 マセドアンサラダ お浸し
30.	木	つぶし粥 青菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	人参粥 青菜汁 赤ちゃんベビーマーボー	人参軟ご飯粥 青菜汁 赤ちゃんベビーマーボー	人参ご飯 青菜汁 赤ちゃんベビーマーボー
31.	金	つぶし粥 野菜スープ 南瓜のマッシュ	肉うどん 豆と南瓜のマッシュ	肉うどん 豆と南瓜のマッシュ	肉うどん 豆と南瓜のマッシュ
ミゆの	目安	夢菜ちゃん 200cc	悠正君 柚音ちゃん 楓馬君 180cc	楓馬君 美羽ちゃん 斗聖君 優花ちゃん 愛花ちゃん 160cc~140cc	優花ちゃん 愛花ちゃん 斗聖君 芽生ちゃん 100cc~80cc

☆ 後期から午後のミルクは200ccになります。