

平成25年6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.	土	つぶし粥 人参スープ 野菜ソテー崩し煮	南瓜ミルクパン粥 肉と野菜ソテー餡かけ煮	南瓜ミルクパン 肉と野菜ソテー餡かけ煮	南瓜サンド 人参スープ 肉と野菜ソテー
2.	日				
3.	月	つぶし粥 春雨スープ 白菜と人参の崩し煮	ご飯粥 春雨スープ サミと白菜の胡麻和えアツ炊煮	軟ご飯 春雨スープ サミと白菜の胡麻和えアツ炊煮	ご飯 春雨スープ さき身と白菜の胡麻和え
4.	火	つぶし粥 さっぱりスープ 小松菜の崩し煮	魚粥 さっぱりスープ 小松菜と挽肉の餡かけ煮	魚軟ご飯 さっぱりスープ 小松菜と挽肉の餡かけ煮	魚ご飯 さっぱりスープ 小松菜と挽肉の餡かけ煮
5.	水	つぶし粥 薩摩芋スープ 白和え崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 キャベツと白和え煮	軟ご飯 薩摩芋汁 キャベツと白和え煮	ご飯 薩摩芋汁 キャベツと白和え煮
6.	木	つぶし粥 玉葱スープ カブの胡麻崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 サミとカブの胡麻和えアツ炊煮	軟ご飯 玉葱汁 サミとカブの胡麻和えアツ炊煮	ご飯 玉葱汁 さき身とカブの胡麻和え
7.	金	つぶし粥 レタススープ 野菜崩し煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 レタススープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 レタススープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 レタススープ
8.	土	つぶし粥 白菜スープ 野菜崩し煮	トマトパン粥 野菜餡かけ煮	トマトパン粥 野菜餡かけ煮	トマトサンド 野菜煮 白菜とひき肉のスープ
9.	日				
10.	月	つぶし粥 青菜汁 南瓜と豆腐の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 南瓜と豆腐の餡かけ煮	軟ご飯 青菜汁 南瓜と豆腐の餡かけ煮	ご飯 青菜汁 南瓜と豆腐の餡かけ煮
11.	火	つぶし粥 玉ネギスープ 薩摩マッシュ	魚粥 玉葱汁 マセドアンサラダ アスパラ	魚軟ご飯 玉葱汁 マセドアンサラダ アスパラ	魚ご飯 玉葱汁 マセドアンサラダ アスパラ
12.	水	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 肉団子 温野菜餡かけ煮	軟ご飯 コーンスープ 肉団子 温野菜餡かけ煮	ご飯 コーンスープ 肉団子 温野菜
13.	木	つぶし粥 青菜スープ 五目野菜崩し煮 ジャガ煮	ご飯粥 青菜汁 五目野菜 ジャガ煮	軟ご飯 青菜汁 五目納豆 ジャガ煮	ご飯 青菜汁 五目納豆 ジャガ煮
14.	金	つぶし粥 豆腐スープ 青菜の餡かけ煮	肉の餡かけ丼 豆腐汁 青菜胡麻和え餡かけ煮 ルーツ	肉の餡かけ丼 豆腐汁 青菜胡麻和え餡かけ煮 ルーツ	肉の餡かけ丼 豆腐汁 青菜胡麻和え フルーツ
15.	土	つぶし粥 カブスープ ジャガマッシュ	バナナパン粥 マッシュポテト	バナナパン粥 マッシュポテト	ステイックパン マッシュポテト カブスープ
16.	日				
17.	月	つぶし粥 玉ネギスープ ブロッコリーと豆腐の崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	軟ご飯 玉葱汁 ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	とり釜ご飯 玉葱汁 ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮
18.	火	つぶし粥 ジャガ芋スープ 青菜の崩し煮	魚粥 ジャガ芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚軟ご飯 ジャガ芋汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 ジャガ芋汁 青胡麻和え トマト
19.	水	つぶし粥 とろりんスープ ピーマン崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ ピーマン餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 とろりんスープ ピーマン餡かけ煮 アスパラ	ご飯 とろりんスープ ピーマンソテー アスパラ
20.	木	つぶし粥 豆腐スープ 人参とジャガ芋のトロトロ煮	ご飯粥 茄子汁 ひじき寄せアツ炊煮 ジャガボール	軟ご飯 茄子汁 ひじき寄せアツ炊煮 ジャガボール	ご飯 茄子汁 ひじき寄せ煮 ジャガボール
21.	金	つぶし粥 玉葱スープ 大根と麩の崩し煮	三色そうめん 大根と麩の煮物	三色そうめん 大根と麩の煮物	三色そうめん 大根と麩の煮物
22.	土	つぶし粥 人参スープ かぼちゃマッシュ	ミルクパン粥 かぼちゃサラダ	ミルクパン粥 かぼちゃサラダ	ロールサンド 南瓜サラダ 人参と白身魚のスープ
23.	日				
24.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ ジャガと人参の崩し煮	ご飯粥 ブロッコリーシチュー 肉ジャガ煮 お浸し	軟ご飯 ブロッコリーシチュー 肉ジャガ煮 お浸し	ご飯 ブロッコリーシチュー 肉ジャガ煮 お浸し
25.	火	つぶし粥 南瓜汁 ポテトマッシュ	魚粥 南瓜汁 マカロニサラダ お浸し	魚軟ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ お浸し	魚ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ お浸し
26.	水	つぶし粥 トマトスープ 土佐和え崩し煮	ご飯粥 トマトスープ 挽肉と土佐和え餡かけ煮	軟ご飯 トマトスープ 挽肉と土佐和え餡かけ煮	ご飯 トマトスープ 挽肉と土佐和えあんかけ煮
27.	木	つぶし粥 野菜スープ 豆腐と人参の崩し煮	ご飯粥 野菜スープ ベビーマボ ブロッコリー煮	軟ご飯 野菜スープ ベビーマボ ブロッコリー煮	ご飯 野菜スープ ベビーマボ ブロッコリー煮
28.	金	つぶし粥 ジャガ芋スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん 南瓜の甘煮	煮込みうどん 南瓜の甘煮	煮込みうどん 南瓜の甘煮
29.	土	つぶし粥 人参スープ バナナとほうれん草崩し煮	人参パン粥 バナナとほうれん草和え	人参パン粥 バナナとほうれん草和え	人参サンド 胡瓜と夕のスープ バナナとほうれん草和え
30.	日				
お休みの	目安	夢菜ちゃん 200cc	悠正君 柚音ちゃん 180cc	悠正君 柚音ちゃん 楓真君 美羽ちゃん 160cc~140cc	斗聖君 愛花ちゃん 優花ちゃん 陽向ちゃん 100cc~80cc

※後期から午後のミルクは200ccになります。