

平成25年12月 離乳食献立予定表



日	曜	前期 5~6ヶ月 ベタベタ状 ゴックン期	完了期 11~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	日		
2.	月	つぶし粥 えいようスープ ブロッコリーとミルクのクタクタ煮	鶏ごはん えいよう汁 ブロッコリーとミルク煮
3.	火	つぶし粥 はくさいスープ じゃが芋と青菜和えくずし煮	魚ごはん はくさい汁 青菜和え ジャガマッシュ
4.	水	つぶし粥 とうふスープ 野菜のくずし煮	ごはん とうふ汁 温野菜煮 肉団子
5.	木	つぶし粥 さつまいもスープ キャベツと人参のくずし煮	ごはん さつまいも汁 キャベツと人参のひき肉あんかけ煮
6.	金	つぶし粥 たまねぎスープ ふとカボチャのトロトロ煮	野菜あったかそうめん たまねぎとタラのスープ
7.	土	つぶし粥 にんじんスープ ほうれん草とバナナ和えくずし煮	ゴマステック 人参とささ身のスープ ほうれん草とバナナ和え
8.	日		
9.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ とうふとレタスのくずし煮	さつま芋ごはん ブロッコリーシチュー とうふとひき肉あんかけ煮
10.	火	つぶし粥 はるさめスープ かぼちゃマッシュ	魚ごはん はるさめスープ かぼちゃサラダ おひたし
11.	水	つぶし粥 コーンスープ ほうれん草和えのくずし煮	ごはん コーンスープ ほうれん草和え カボチャ煮
12.	木	つぶし粥 じゃが芋スープ 赤ちゃんベビーマーボーくずし煮	ごはん じゃが芋汁 赤ちゃんベビーマーボー ブロッコリー
13.	金	つぶし粥 みそ汁 ポテトマッシュ フルーツ	白菜のクリームごはん みそ汁 ポテトサラダ レタス フルーツ
14.	土	つぶし粥 たまねぎスープ いろいろ野菜くずし煮	にんじんサンド グリンピースのミルクスープ 厚揚げの中華煮
15.	日		
16.	月	つぶし粥 カブスープ ジャガ芋とりんごのクタクタ煮	ごはん カブ汁 肉ジャガ煮 リンゴ煮
17.	火	つぶし粥 キャベツスープ ブロッコリーマッシュ	魚ごはん キャベツ汁 ブロッコリーサラダ レタス
18.	水	つぶし粥 だいこんスープ ビーフンソテーのくずし煮	ごはん だいこん汁 ビーフンソテー ほうれん草煮
19.	木	つぶし粥 たまねぎスープ 野菜とカボチャのくずし煮	ごはん たまねぎ汁 五目納豆 冬至カボチャ
20.	金	つぶし粥 あおなスープ さつま芋と人参のくずし煮	やきそばそうめん風アンカケ煮 青菜とタラのスープ
21.	土	保育発表会	
22.	日		
23.	月	天皇誕生日	
24.	火	つぶし粥 カボチャスープ 白菜と人参のくずし煮	ごはん カボチャ汁 白菜と人参のそぼろアンカケ煮
25.	水	つぶし粥 カブスープ キャベツとふのくずし煮	魚ごはん カブ汁 キャベツとささ身アンカケ煮 ジャガ芋煮
26.	木	つぶし粥 あおなスープ レタスとジャガ芋のくずし煮	ごはん ナス汁 里芋の煮物 レタス
27.	金	つぶし粥 人参とたまねぎスープ カボチャと青菜のくずし煮	煮込みうどん カボチャと青菜煮 レバー煮
28.	土	つぶし粥 とうふスープ 野菜ソテーくずし煮	カボチャサンド 豆乳スープ 野菜ソテーあんかけ煮
29.	日		
30.	月	つぶし粥 にんじんスープ 野菜のトロトロ煮	ささみと野菜のリゾット サケとホワイトシチュー
31.	火	大晦日	
ミルクの量		龍信君 栗那ちゃん 200cc	夢菜ちゃん 航汰君 80cc~100cc

□ 前期は「おもゆ」から始め個々に合わせてつぶし粥へと移行していきます。

❖ 後期から午後のミルクは200ccになります。