


平成27年2月 離乳食献立予定表

日	曜	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ヶ月~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1	日			
2	月	ご飯粥 野菜たっぷり汁 青菜とささ身のおんかけ かぼちゃ煮		かぼちゃご飯 野菜たっぷり汁 青菜とささ身煮
3	火	豆腐と白菜のうどん煮 マッシュポテト ブロッコリー煮		豆腐と白菜のうどん煮 マッシュポテト ブロッコリー煮
4	水	魚粥 チンゲン菜汁 人参とかぶのおんかけ さつま芋煮		鮭ご飯 チンゲン菜汁 人参とかぶ煮 さつま芋煮
5	木	ご飯粥 白菜汁 きゃべつと豆腐のおんかけ オレンジ煮		ご飯 白菜汁 きゃべつと豆腐煮 オレンジ煮
6	金	ご飯粥 ミネストローネ ポテトサラダ		ご飯 ミネストローネ ポテトサラダ
7	土	ほうれん草粥 白菜とカジキのおんかけ		かりかりパン かぼちゃ汁 白菜とカジキ煮
8	日			
9	月	ご飯粥 さつま芋のミルク煮 ほうれん草とささ身のおんかけ		ご飯 さつま芋のミルク煮 ほうれん草とささ身煮
10	火	魚粥 たまねぎ汁 さつま芋サラダ ブロッコリー煮		鮭ご飯 たまねぎ汁 さつま芋サラダ ブロッコリー煮
11	水			
12	木	ご飯粥 青菜汁 肉じゃが りんご煮		ご飯粥 青菜汁 肉じゃが りんご煮
13	金	大根そうめん 白菜と豆腐のおんかけ いちご煮		大根そうめん 白菜と豆腐煮 いちご煮
14	土	かぼちゃパン粥 かぶとカジキのおんかけ煮		かぼちゃサンド コーンスープ かぶとかじき煮
15	日			
16	月	ご飯粥 きゃべつのミルク煮 さつま芋と凍り豆腐のおんかけ		にんじんご飯 きゃべつのミルク煮 さつま芋と凍り豆腐のおんかけ
17	火	魚粥 大根汁 紅白煮 ブロッコリー煮		鮭ご飯 大根汁 紅白煮 ブロッコリー煮
18	水	ご飯粥 かぼちゃ汁 鶏ひきとかぶのおんかけ煮	軟ご飯 かぼちゃ汁 鶏ひきとかぶのおんかけ煮	ご飯粥 かぼちゃ汁 鶏ひきとかぶ煮
19	木	ご飯粥 玉ねぎ汁 五目納豆煮 さつま芋煮	軟ご飯 玉ねぎ汁 五目納豆煮 さつま芋煮	ご飯 玉ねぎ汁 五目納豆煮 さつま芋煮
20	金	ご飯粥 はくさい汁 鶏ささみとじゃが芋のおんかけ煮	軟ご飯 はくさい汁 鶏ささみとじゃが芋のおんかけ煮	ご飯 はくさい汁 鶏ささみとじゃが芋煮
21	土	オレンジパン粥 キャベツとタラのおんかけ煮	オレンジパン粥 キャベツとタラのおんかけ煮	バナナサンド コーンスープ キャベツとタラのトロトロ煮
22	日			
23	月	ご飯粥 大根汁 小松菜の白和え	軟ご飯 大根汁 小松菜の白和え	さつま芋ご飯 大根汁 小松菜の白和え
24	火	魚粥 かぼちゃスープ マカロニサラダ ほうれん草煮	魚軟飯 かぼちゃスープ マカロニサラダ ほうれん草煮	鮭ご飯 かぼちゃスープ マカロニサラダ ほうれん草煮
25	水	ご飯粥 玉ねぎ汁 春雨とささ身のおんかけ煮	軟ご飯 玉ねぎ汁 ビーフンとささ身のおんかけ煮	ご飯 たまねぎ汁 ビーフンとささ身煮
26	木	ご飯粥 キャベツとミルクのスープ マーボー豆腐風のおんかけ煮	軟ご飯 キャベツとミルクのスープ マーボー豆腐風のおんかけ煮	ご飯 キャベツとミルクのスープ マーボー豆腐風
27	金	野菜うどん りんご煮 レバーとほうれん草のおんかけ	野菜うどん りんご煮 レバーとほうれん草のおんかけ	野菜うどん りんご煮 レバーとほうれん草煮
28	土	人参パン粥 白身魚とじゃが芋煮	人参パン粥 白身魚とじゃが芋煮	人参サンド 白菜汁 白身魚とじゃが芋煮
				
ミルクの 目安		希美花ちゃん 180ccc	希美花ちゃん 160cc~140cc	晟空君 100cc~80cc

* 後期から午後のミルクは200ccになります。