

平成26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.	日				
2.	月	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 ベビーマーボー ブロッコリー煮	軟ご飯 野菜スープ ベビーマーボー ブロッコリー煮	ご飯 野菜スープ ベビーマーボー ブロッコリー煮
3.	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
4.	水	つぶし粥 青菜スープ ビーフソテー崩し煮	ご飯粥 あおな汁 ビーフソテー餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 あおな汁 ビーフソテー餡かけ煮 アスパラ	ご飯 あおな汁 ビーフソテー アスパラ
5.	木	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーの崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 ササミとブロッコリーの餡かけ煮	軟ご飯 玉葱汁 ササミとブロッコリーの餡かけ煮	ご飯 玉葱汁 ささミとブロッコリー和え
6.	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
7.	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
8.	日				
9.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ かぶと人参の崩し煮	ご飯粥 ブロッコリー汁 ササミとかぶの胡麻和えアツカ煮	軟ご飯 ブロッコリー汁 ササミとかぶの胡麻和えアツカ煮	ご飯 ブロッコリー汁 ささ身とかぶの胡麻和え
10.	火	つぶし粥 大根スープ 青菜の崩し煮	魚粥 大根汁 トマトサラダ レタス	魚軟ご飯 大根汁 トマトサラダ レタス	魚ご飯 大根汁 トマトサラダ レタス
11.	水	つぶし粥 とうふスープ キャベツと人参の崩し煮	ご飯粥 とうふ汁 キャベツのそぼろ煮	軟ご飯 とうふ汁 キャベツのそぼろ煮	ご飯 とうふ汁 キャベツのそぼろ煮
12.	木	つぶし粥 コーンスープ ジャガと玉ねぎの崩し煮	ご飯粥 コーンスープ ジャガ芋のひき肉煮	軟ご飯 コーンスープ ジャガ芋のひき肉煮	ご飯 コーンスープ ジャガ芋のひき肉煮
13.	金	つぶし粥 みそ汁 人参とカブの崩し煮	肉の餡かけ丼 みそ汁 青菜和え餡かけ煮 フルーツ	肉の餡かけ丼 みそ汁 青菜和え餡かけ煮 フルーツ	肉の餡かけ丼 みそ汁 青菜和え フルーツ
14.	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	バナナサンド マッシュポテト カブスープ
15.	日				
16.	月	つぶし粥 とろりんスープ ブロッコリーと豆腐の崩し煮	ご飯粥 とろりんスープ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	軟ご飯 とろりんスープ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮	ご飯 とろりんスープ ブロッコリーと豆腐の餡かけ煮
17.	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 レタス	魚軟ご飯 玉葱汁 マセドアンサラダ レタス	魚ご飯 玉葱汁 マセドアンサラダ レタス
18.	水	つぶし粥 春雨スープ 南瓜と豆腐の崩し煮	ご飯粥 春雨スープ 南瓜と豆腐の餡かけ煮	軟ご飯 春雨スープ 南瓜と豆腐の餡かけ煮	ご飯 春雨スープ 南瓜と豆腐の餡かけ煮
19.	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 さつま芋煮	軟ご飯 青菜汁 五目納豆 さつま芋煮	ご飯 青菜汁 五目納豆 さつま芋煮
20.	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
21.	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
22.	日				
23.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ アスパラの崩し煮	ご飯粥 ジャガ芋汁 アスパラと豆腐の煮物	軟ご飯 ジャガ芋汁 アスパラと豆腐の煮物	ご飯 ジャガ芋汁 アスパラと豆腐の煮物
24.	火	つぶし粥 キャベツスープ ポテトマッシュ	魚粥 キャベツ汁 ポテトサラダ お浸し	魚軟ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ お浸し	魚ご飯 キャベツ汁 ポテトサラダ お浸し
25.	水	つぶし粥 南瓜スープ レタスと麩の崩し煮	ご飯粥 南瓜汁 マカロニサラダ トマト	軟ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ トマト	ご飯 南瓜汁 マカロニサラダ トマト
26.	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 ひじき寄せアツカ煮 ジャガボール	軟ご飯 茄子汁 ひじき寄せアツカ煮 ジャガボール	ご飯 茄子汁 ひじき寄せ煮 ジャガボール
27.	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
28.	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 胡瓜とタラのスープ バナナとほうれん草和え
29.	日				
30.	月	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
シラの	目安	ももかちゃん 晴太君 陽友君 200cc	陽友君 陽葵ちゃん 瑛太君 180cc	瑛太君 美月ちゃん 160cc~140cc	晴都君 龍信君 葉那ちゃん 100cc~80cc

\* 前期は「おもゆ」から初め、個々に合わせて「つぶし粥」へと移行していきます。

また、土曜日は「つぶし粥」から「パン粥」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。

