

平成26年8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.	金	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みそうめん 挽肉と南瓜の甘煮	煮込みそうめん 挽肉と南瓜の甘煮	煮込みそうめん 挽肉と南瓜の甘煮
2.	土	つぶし粥 トマトスープ レタスのトロトロ煮	バナナパン粥 レタスサラダ	バナナパン粥 レタスサラダ	ステーキパン レタスサラダ トマトスープ
3.	日				
4.	月	つぶし粥 コロコロスープ キャベツと人参のくずし煮	ご飯粥 コロコロスープ キャベツとミルク煮	軟ご飯 コロコロスープ キャベツとミルク煮	ご飯 コロコロスープ キャベツとミルク煮
5.	火	つぶし粥 とうふスープ ブロッコリーとジャガ芋のくずし煮	魚粥 とうふ汁 マカロニサラダ ブロッコリー	軟魚ご飯 とうふ汁 マカロニサラダ ブロッコリー	魚ご飯 とうふ汁 マカロニサラダ ブロッコリー
6.	水	つぶし粥 キャベツスープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 キャベツ汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 キャベツ汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	ご飯 キャベツ汁 青菜和え トマト
7.	木	つぶし粥 たまねぎスープ ジャガ芋とアスパラの崩し煮	ご飯粥 玉ねぎ汁 肉ジャガ煮 アスパラ	軟ご飯 玉ねぎ汁 肉ジャガ煮 アスパラ	ご飯 玉ねぎ汁 肉ジャガ煮 アスパラ
8.	金	つぶし粥 とうふスープ かぼちゃの崩し煮	煮込みうどん かぼちゃ煮 フルーツ	煮込みうどん かぼちゃ煮 フルーツ	煮込みうどん かぼちゃ煮 フルーツ
9.	土	つぶし粥 青菜スープ アスパラと麩のトロトロ煮	ミルクパン粥 アスパラサラダ	ミルクパン粥 アスパラサラダ	ロールサンド アスパラサラダ 青菜と白身魚のスープ
10.	日				
11.	月	つぶし粥 キャベツスープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 キャベツシチュー 大根と挽肉の胡麻和え	軟ご飯 キャベツシチュー 大根と挽肉の胡麻和え	ご飯 キャベツシチュー 大根と挽肉の胡麻和え
12.	火	つぶし粥 あおなスープ ポテトマッシュ	魚粥 あおな汁 ポテトサラダ トマト	魚軟ご飯 あおな汁 ポテトサラダ トマト	魚ご飯 あおな汁 ポテトサラダ トマト
13.	水	つぶし粥 カブスープ 野菜の崩し煮	ご飯粥 カブ汁 五目野菜 かぼちゃ煮	軟ご飯 カブ汁 五目納豆 かぼちゃ煮	ご飯 カブ汁 五目納豆 かぼちゃ煮
14.	木	つぶし粥 珪ゲン菜スープ 豆腐と人参の崩し煮	ご飯粥 珪ゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 珪ゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー	ご飯 珪ゲン菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー
15.	金	つぶし粥 納豆草スープ 人参とレタスの崩し煮	にゅうめん ささみと人参のあんとし	にゅうめん ささみと人参のあんとし	にゅうめん ささみと人参のあんとし
16.	土	つぶし粥 あられスープ 青菜のトロトロ煮	ご飯粥 あられスープ ほうれん草と白和え煮	軟ご飯 あられスープ ほうれん草と白和え煮	ご飯 あられスープ ほうれん草と白和え煮
17.	日				
18.	月	つぶし粥 カボチャスープ 高野豆腐の崩し煮	ご飯粥 南瓜シチュー 高野豆腐と挽肉の煮物	軟ご飯 南瓜シチュー 高野豆腐と挽肉の煮物	ご飯 南瓜シチュー 高野豆腐と挽肉の煮物
19.	火	つぶし粥 とうふスープ ブロッコリー崩し煮	魚粥 とうふ汁 ブロッコリーサラダ トマト	軟魚ご飯 とうふ汁 ブロッコリーサラダ トマト	魚ご飯 とうふ汁 ブロッコリーサラダ トマト
20.	水	つぶし粥 レタススープ 野菜とジャガの崩し煮	ご飯粥 レタススープ 野菜和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 レタススープ 野菜和え餡かけ煮 肉団子	ご飯 レタススープ 野菜和え 肉団子
21.	木	つぶし粥 かぼちゃスープ 珪ゲン菜とジャガ芋のトロトロ煮	ご飯粥 かぼちゃ汁 珪ゲン菜そぼろ餡かけ煮	軟ご飯 かぼちゃ汁 珪ゲン菜そぼろ餡かけ煮	ご飯 かぼちゃ汁 珪ゲン菜そぼろ餡かけ煮
22.	金	つぶし粥 野菜スープ ジャガ芋ソテー崩し煮	やさいうどん ジャガ芋ソテー	やさいうどん ジャガ芋ソテー	やさいうどん ジャガ芋ソテー
23.	土	つぶし粥 コーンスープ かぶのトロトロ煮	南瓜パン粥 かぶとかじきの煮物	南瓜パン粥 かぶとかじきの煮物	南瓜サンド コーンスープ かぶとかじきの煮物
24.	日				
25.	月	つぶし粥 やさいスープ キャベツのトロトロ煮	ご飯粥 やさいスープ キャベツとひき肉のそぼろ煮	軟ご飯 やさいスープ キャベツとひき肉のそぼろ煮	ご飯 やさいスープ キャベツとひき肉のそぼろ煮
26.	火	つぶし粥 かぼちゃスープ あおなの崩し煮	魚粥 かぼちゃ汁 青菜和え餡かけ煮 ジャガ煮	魚軟ご飯 かぼちゃ汁 青菜和え餡かけ煮 トマト	魚ご飯 かぼちゃ汁 青菜和え トマト
27.	水	つぶし粥 とうふスープ ビーフンソテー崩し煮	ご飯粥 なす汁 ビーフンソテー餡かけ煮 アスパラ	軟ご飯 なす汁 ビーフンソテー餡かけ煮 アスパラ	ご飯 なす汁 ビーフンソテー アスパラ
28.	木	つぶし粥 だいこんスープ 人参とジャガ芋のトロトロ煮	ご飯粥 だいこん汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 だいこん汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 だいこん汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガボール
29.	金	つぶし粥 やさいスープ レタスと麩の崩し煮	肉うどん レタスのそぼろ餡かけ煮	肉うどん レタスのそぼろ餡かけ煮	肉うどん レタスのそぼろ餡かけ煮
30.	土	つぶし粥 たまねぎスープ かぼちゃの崩し煮	ほうれん草パン粥 南瓜サラダ	ほうれん草パン粥 南瓜サラダ	納豆草炒め 南瓜サラダ きゅうりと玉ねぎのスープ
ミルクの	目安	晟空君 ももかちゃん 智斗君 200cc	ももかちゃん 晴太君 智斗君 陽友君 180cc	陽葵ちゃん 瑛太君 160cc~140cc	瑛太君 美月ちゃん 100cc~80cc

❖ 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。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。

❖ 後期から午後はミルクは200ccになります。

