

平成26年9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.	月	つぶし粥 コーンスープ 白菜のトロトロ煮	ご飯粥 コーンスープ 白菜と挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 コーンスープ 白菜と挽肉の餡かけ煮	ご飯 コーンスープ 白菜と挽肉煮
2.	火	つぶし粥 青菜スープ アスパラマッシュ	魚粥 なす汁 アスパラサラダ ブロccoli煮	魚軟ご飯 なす汁 アスパラサラダ ブロccoli煮	魚ご飯 なす汁 アスパラサラダ ブロccoli煮
3.	水	つぶし粥 キャベツスープ ジャガと人参のトロトロ煮	ご飯粥 キャベツ汁 三色和え餡かけ煮 トマト	軟ご飯 キャベツ汁 三色和え餡かけ煮 トマト	ご飯 キャベツ汁 三色和え トマト
4.	木	つぶし粥 トマトスープ 茄子と玉葱のトロトロ煮	ご飯粥 トマトスープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	軟ご飯 トマトスープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガボール	ご飯 トマトスープ ヒジキ寄せ煮 ジャガボール
5.	金	つぶし粥 南瓜スープ グリーンポテトマッシュ	ひき肉丼 南瓜スープ 青菜胡麻和え餡かけ煮 フルーツ	ひき肉丼 南瓜スープ 青菜胡麻和え餡かけ煮 フルーツ	ひき肉丼 南瓜スープ 青菜胡麻和え フルーツ
6.	土	つぶし粥 人参スープ 青菜とバナナ崩し煮	ミルクパン粥 青菜とバナナ煮	ミルクパン粥 青菜とバナナ煮	ロールサンド 青菜とバナナ煮 白身魚と胡瓜のスープ
7.	日				
8.	月	つぶし粥 ジャガスープ 白菜とレタスの崩し煮	ご飯粥 お月見汁 白菜とレタスの和え	軟ご飯 お月見汁 白菜とレタスの胡麻和え	ご飯 お月見汁 白菜とレタスの胡麻和え
9.	火	つぶし粥 玉ねぎスープ ポテトマッシュ	魚粥 たまねぎ汁 ポテトサラダ お浸し	魚軟ご飯 たまねぎ汁 ポテトサラダ お浸し	魚ご飯 たまねぎ汁 ポテトサラダ お浸し
10.	水	つぶし粥 とうふスープ 温野菜崩し煮	ご飯粥 とうふ汁 温野菜餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 とうふ汁 温野菜餡かけ煮 肉団子	ご飯 とうふ汁 温野菜 肉団子
11.	木	つぶし粥 やさいスープ 麩とキャベツのトロトロ煮	ご飯粥 やさい汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 やさい汁 キャベツのそぼろ餡かけ	ご飯 やさい汁 キャベツのそぼろ餡かけ煮
12.	金	つぶし粥 玉葱スープ 青菜とじゃが芋の崩し煮	煮込みうどん 青菜とじゃが芋のコロコロ煮	煮込みうどん 青菜とじゃが芋のコロコロ煮	煮込みうどん 青菜とじゃが芋のコロコロ煮
13.	土	つぶし粥 コーンスープ 春雨のトロトロ煮	人参パン粥 春雨ソテー餡かけ煮	人参パン粥 春雨ソテー餡かけ煮	人参サンド 春雨ソテー コーンスープ
14.	日				
15.	月	敬老の日			
16.	火	つぶし粥 かぼちゃスープ ビーフン崩し煮	ご飯粥 かぼちゃ汁 ビーフンソテー餡かけ煮 ブロccoli	軟ご飯 かぼちゃ汁 ビーフンソテー餡かけ煮 ブロccoli	ご飯 かぼちゃ汁 ビーフンソテー煮 ブロccoli
17.	水	つぶし粥 カブスープ 小松菜と人参の崩し煮	魚粥 カブ汁 小松菜と和え餡かけ煮	軟魚ご飯 カブ汁 小松菜とカブの胡麻和え	魚ご飯 カブ汁 小松菜とカブの胡麻和え
18.	木	つぶし粥 薩摩芋汁 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 薩摩芋汁 大根と胡麻和え煮 ブロccoli	軟ご飯 薩摩芋汁 大根と胡麻和え煮 ブロccoli	ご飯 薩摩芋汁 大根と胡麻和え煮 ブロccoli
19.	金	つぶし粥 青菜スープ ブロccoliとじゃが芋のトロトロ煮	肉うどん ブロccoliサラダ	肉うどん ブロccoliサラダ	肉うどん ブロccoliサラダ
20.	土	つぶし粥 玉葱スープ レタスと人参の崩し煮	ミルクパン粥 レタスソテー餡かけ煮	ミルクパン粥 レタスソテー餡かけ煮	ステックパン レタスソテー 玉葱スープ
21.	日				
22.	月	つぶし粥 薩摩芋スープ ブロccoliのトロトロ煮	ご飯粥 薩摩芋シチュー とうふとブロccoli煮	軟ご飯 薩摩芋シチュー 豆腐とブロccoli胡麻煮	ご飯 薩摩芋シチュー 豆腐とブロccoli胡麻煮
23.	火	秋分の日			
24.	水	つぶし粥 たまねぎスープ カブと人参の崩し煮	ご飯粥 たまねぎ汁 フィッシュサラダ レタス	軟ご飯 たまねぎ汁 フィッシュサラダ レタス	ご飯 たまねぎ汁 フィッシュサラダ レタス
25.	木	つぶし粥 大根スープ 薩摩芋マッシュ	ご飯粥 大根汁 野菜餡かけ煮 薩摩芋煮	軟ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩芋煮	ご飯 大根汁 五目納豆 薩摩芋煮
26.	金	つぶし粥 玉葱スープ ほうれん草のトロトロ煮	焼きそば風そうめん餡かけ煮 グリーンスープ	焼きそば風そうめん餡かけ煮 グリーンスープ	焼きそば風そうめん餡かけ煮 グリーンスープ
27.	土	親子芋煮運動会			
28.	日				
29.	月	つぶし粥 コロコロスープ 赤ちゃんベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 コロコロスープ 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 コロコロスープ 赤ちゃんベビーマーボー	ご飯 コロコロスープ 赤ちゃんベビーマーボー
30.	火	つぶし粥 とろりんスープ アスパラとカブの崩し煮	魚粥 とろりんスープ アスパラサラダ レタス	軟魚ご飯 とろりんスープ アスパラサラダ レタス	魚ご飯 とろりんスープ アスパラサラダ レタス
ミルクの	目安	晟空君 200cc	晟空君 ももかちゃん 智斗君 晴太君 180cc	晴太君 陽友君 陽葵ちゃん 160cc~140cc	陽希君 瑛太君 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。
- ❖ 後期から午後のミルクは200ccになります。