

平成26年10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.	水		ご飯粥 大根汁 肉団子 温野菜餡かけ煮	軟ご飯 大根汁 肉団子 温野菜餡かけ煮	ご飯 大根汁 肉団子 温野菜煮
2.	木		ご飯粥 青菜汁 白和えとブロッコリー煮	軟ご飯 青菜汁 白和えとブロッコリー煮	ご飯 青菜汁 白和えとブロッコリー煮
3.	金		焼きそば風餡かけ煮 レタスとジャガ芋のスープ	焼きそば風餡かけ煮 レタスとジャガ芋のスープ	焼きそば風餡かけ煮 レタスとジャガ芋のスープ
4.	土		ミルクパン粥 マカロニサラダ	ミルクパン粥 マカロニサラダ	スティックパン マカロニサラダ キャベツスープ
5.	日				
6.	月		ご飯粥 とうふ汁 キャベツとささ身のそぼろ煮	軟ご飯 とうふ汁 キャベツとささ身のそぼろ煮	ご飯 とうふ汁 キャベツとささ身のそぼろ煮
7.	火		魚粥 かぶ汁 ポテトサラダ アスパラ	魚軟ご飯 かぶ汁 ポテトサラダ アスパラ	魚ご飯 かぶ汁 ポテトサラダ アスパラ
8.	水		ご飯粥 コーンスープ 青菜和え餡かけ ジャガ煮	軟ご飯 コーンスープ 青菜和え餡かけ ジャガ煮	ご飯 コーンスープ 青菜和え ジャガ煮
9.	木		ご飯粥 チンゲン菜スープ 野菜の餡かけ煮 さつま芋煮	軟ご飯 チンゲン菜スープ 五目納豆 さつま芋煮	ご飯 チンゲン菜スープ 五目納豆 さつま芋煮
10.	金		カジキのクリーム素麺餡かけ ブロッコリースープ	カジキのクリーム素麺餡かけ ブロッコリースープ	カジキのクリーム素麺餡かけ ブロッコリースープ
11.	土		ほうれん草パン粥 ジャガ芋と麩の煮物	ほうれん草パン粥 ジャガ芋と麩の煮物	ほうれん草料理 人参スープ ジャガ芋と麩の煮物
12.	日				
13.	月	体育の日			
14.	火		ご飯粥 なす汁 ビーフソテー餡かけ煮 ブロッコリー	軟ご飯 なす汁 ビーフソテー餡かけ煮 ブロッコリー	ご飯 なす汁 ビーフソテー煮 ブロッコリー
15.	水		魚粥 かぶ汁 三色和え餡かけ煮 アスパラ	魚軟ご飯 かぶ汁 三色和え餡かけ煮 アスパラ	魚ご飯 かぶ汁 三色和え アスパラ
16.	木		ご飯粥 青菜汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 青菜汁 ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 青菜汁 ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
17.	金	つぶし粥 野菜スープ うれん草と白和え崩し煮	充実ライス粥 野菜スープ とうふとさつま芋和え煮	充実軟ライス 野菜スープ とうふとさつま芋和え煮	充実ライス 野菜スープ とうふとさつま芋和え煮
18.	土	つぶし粥 コーンスープ キャベツの崩し煮	リンゴパン粥 キャベツと挽肉の餡かけ煮	リンゴパン粥 キャベツと挽肉の餡かけ煮	リンゴサンド コーンスープ キャベツと挽肉の餡かけ煮
19.	日				
20.	月	つぶし粥 豆腐スープ かぶと人参の崩し煮	ご飯粥 とうふ汁 かぶとほうれん草の煮物	軟ご飯 とうふ汁 かぶとほうれん草の煮物	ご飯 とうふ汁 かぶとほうれん草の煮物
21.	火	つぶし粥 玉ねぎスープ ブロッコリーの崩し煮	魚粥 玉ねぎ汁 マセドアンサラダ レタス	魚軟ご飯 玉ねぎ汁 マセドアンサラダ レタス	魚ご飯 玉ねぎ汁 マセドアンサラダ レタス
22.	水	つぶし粥 カボチャスープ キャベツと人参の崩し煮	ご飯粥 カボチャ汁 キャベツと挽肉のそぼろあんかけ	軟ご飯 カボチャ汁 キャベツと挽肉のそぼろあんかけ	ご飯 カボチャ汁 キャベツと挽肉のそぼろあんかけ
23.	木	つぶし粥 あおなスープ 玉ねぎと麩人参の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ リンゴ煮	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ リンゴ煮	ご飯 青菜汁 肉ジャガ リンゴ煮
24.	金	つぶし粥 人参スープ アスパラとじゃが芋の崩し煮	煮込みうどん アスパラサラダ	煮込みうどん アスパラサラダ	煮込みうどん アスパラサラダ
25.	土	つぶし粥 玉ねぎスープ 野菜崩し煮	かぼちゃパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	かぼちゃパン粥 野菜ソテー餡かけ煮	かぼちゃサンド 玉葱スープ 野菜ソテー
26.	日				
27.	月	つぶし粥 大根スープ レタスと麩の崩し煮	ご飯粥 大根汁 お浸し 高野豆腐のふわふわ煮	軟ご飯 大根汁 お浸し 高野豆腐のふわふわ煮	ご飯 大根汁 お浸し 高野豆腐のふわふわ煮
28.	火	つぶし粥 とうふスープ かぼちゃのトロトロ煮	ご飯粥 とうふ汁 南瓜とひき肉の煮物	軟ご飯 とうふ汁 南瓜とひき肉の煮物	ご飯 とうふ汁 南瓜とひき肉の煮物
29.	水	つぶし粥 ほうれん草スープ さつま芋のクタクタ煮	ご飯粥 ほうれん草汁 さつま芋サラダ レタス	軟ご飯 ほうれん草汁 さつま芋サラダ レタス	ご飯 ほうれん草汁 さつま芋サラダ レタス
30.	木	つぶし粥 かぼちゃスープ 人参と白菜の崩し煮	ご飯粥 かぼちゃ汁 人参と白菜の挽肉餡かけ煮	軟ご飯 かぼちゃ汁 人参と白菜の挽肉餡かけ煮	ご飯 かぼちゃ汁 人参と白菜の挽肉餡かけ煮
31.	金	つぶし粥 レタススープ 玉ねぎと麩の崩し煮	肉餡かけうどん かぶとレタスのスープ	肉餡かけうどん かぶとレタスのスープ	肉餡かけうどん かぶとレタスのスープ
シク	目安	希美花ちゃん 200cc	晟空君 ももかちゃん 智斗君 180cc	ももかちゃん 智斗君 晴太君 陽友君 160cc~140cc	凜乃ちゃん 陽葵ちゃん 麻由ちゃん 陽希君 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。