



平成26年11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.	土	つぶし粥 野菜スープ ジャガ芋と人参のトロトロ煮	林檎パン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	林檎パン粥 ほうれん草ソテー餡かけ煮	林檎サンド 野菜スープ ほうれん草ソテー
2.	日				
3.	月	文化の日			
4.	火	つぶし粥 栄養スープ 白菜の崩し煮	ご飯粥 栄養汁 白菜と挽肉の餡かけ煮	軟ご飯 栄養汁 白菜と挽肉の餡かけ煮	ご飯 栄養汁 白菜と挽肉煮
5.	水	つぶし粥 カブスープ ビーフソテーの崩し煮	ご飯粥 カブ汁 ビーフソテー餡かけ煮 南瓜煮	軟ご飯 カブ汁 ビーフソテー餡かけ煮 南瓜煮	ご飯 カブ汁 ビーフソテー 南瓜煮
6.	木	つぶし粥 大根スープ ジャガ芋とブロッコリー崩し煮	ご飯粥 大根汁 肉ジャガ煮 お浸し	軟ご飯 大根汁 肉ジャガ煮 お浸し	ご飯 大根汁 肉ジャガ煮 お浸し
7.	金	つぶし粥 白菜スープ 青菜和え崩し煮	そばろ丼粥 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 フルーツ	そばろ軟丼 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 フルーツ	そばろ丼 白菜汁 青菜和え フルーツ
8.	土	つぶし粥 人参スープ 野菜の崩し煮	ミルクパン粥 グリーングリーン和え	ミルクパン粥 グリーングリーン和え	スティックパン 人参スープ グリーングリーン和え
9.	日				
10.	月	つぶし粥 ジャガ芋スープ チンゲン菜の崩し煮	ご飯粥 リンゴシチュー チンゲン菜と挽肉煮	軟ご飯 リンゴシチュー チンゲン菜と挽肉煮	ご飯 リンゴシチュー チンゲン菜と挽肉煮
11.	火	つぶし粥 春雨スープ 薩摩マッシュ	魚粥 春雨スープ マカロニサラダ レタス	魚ご飯 春雨スープ マカロニサラダ レタス	魚ご飯 春雨スープ マカロニサラダ レタス
12.	水	つぶし粥 とうふスープ 野菜のトロトロ煮	ご飯粥 とうふ汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 とうふ汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 とうふ汁 温野菜餡かけ煮 ジャガ煮
13.	木	つぶし粥 玉ねぎスープ 大根とかぼちゃの崩し煮	ご飯粥 玉ねぎ汁 大根とかぼちゃの煮物	軟ご飯 玉ねぎ汁 大根とかぼちゃの煮物	ご飯 玉ねぎ汁 大根とかぼちゃの煮物
14.	金	つぶし粥 人参スープ ブロッコリーのトロトロ煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリースープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリースープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 ブロッコリースープ
15.	土	つぶし粥 大根スープ 野菜のトロトロ煮	色々やさいご飯粥 ポテトマッシュ 大根汁	色々やさい軟ご飯 ポテトマッシュ 大根汁	色々やさいご飯 ポテトマッシュ 大根汁
16.	日				
17.	月	つぶし粥 コロコロスープ 青菜和え崩し煮	ご飯粥 コロコロスープ 青菜和え餡かけ煮 大根煮	軟ご飯 コロコロスープ 青菜和え餡かけ煮 大根煮	ご飯 コロコロスープ 青菜和え 大根煮
18.	火	つぶし粥 白菜スープ リンゴマッシュ	魚粥 白菜汁 林檎サラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 白菜汁 林檎サラダ ブロッコリー	魚ご飯 白菜汁 林檎サラダ ブロッコリー
19.	水	つぶし粥 コーンスープ 人参とキャベツの崩し煮	ご飯粥 コーンスープ ささ身とキャベツの餡かけ煮	軟ご飯 コーンスープ ささ身とキャベツの餡かけ煮	ご飯 コーンスープ ささ身とキャベツ煮
20.	木	つぶし粥 とうふスープ さつま芋マッシュ	ご飯粥 とうふ汁 ひじきの餡かけ煮 さつま煮	軟ご飯 とうふ汁 ひじきの餡かけ煮 さつま煮	ご飯 とうふ汁 ひじきの餡かけ煮 さつま煮
21.	金	つぶし粥 人参スープ 林檎と薩摩芋の崩し煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮	あったかそうめん 薩摩芋と林檎の重ね煮
22.	土	つぶし粥 青菜スープ 人参と麩のトロトロ煮	カボチャパン粥 春雨ソテー餡かけ煮	カボチャパン粥 春雨ソテー餡かけ煮	カボチャサンド 春雨ソテー 青菜スープ
23.	日	勤労感謝の日	🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁		
24.	月	振替日	🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁🍁		
25.	火	つぶし粥 ほうれん草スープ ポテトマッシュ	魚粥 ほうれん草汁 ポテトサラダ ブロッコリー	魚軟ご飯 ほうれん草汁 ポテトサラダ ブロッコリー	魚ご飯 ほうれん草汁 ポテトサラダ ブロッコリー
26.	水	つぶし粥 大根スープ 大根と人参の崩し煮	ご飯粥 大根汁 キャベツのそばろ餡かけ煮	軟ご飯 大根汁 キャベツのそばろ餡かけ煮	ご飯 大根汁 キャベツのそばろ餡かけ煮
27.	木	つぶし粥 白菜スープ 野菜の崩し煮	ご飯粥 白菜汁 五目野菜 さつま芋煮	軟ご飯 白菜汁 五目納豆 さつま芋煮	ご飯 白菜汁 五目納豆 さつま芋煮
28.	金	つぶし粥 青菜スープ 南瓜の崩し煮	煮込みうどん ほうれん草と南瓜煮	煮込みうどん ほうれん草と南瓜煮	煮込みうどん ほうれん草と南瓜煮
29.	土	つぶし粥 豆腐スープ 野菜の崩し煮	人参パン粥 ジャガ芋のコロコロ煮	人参パン粥 ジャガ芋のコロコロ煮	人参サンド 豆腐スープ ジャガ芋のコロコロ煮
30.	日				
シメの	目安	希美花ちゃん 200cc	晟空君 180cc	晟空君 智斗君 ももかちゃん 晴太君 160cc~140cc	晴太君 陽友君 凜乃ちゃん 陽葵ちゃん 麻由ちゃん 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」へと移行してきます。
❖ 後期から午後ミルクは200ccになります。