

平成27年7月 離乳食献立予定表

日	曜	初期 5~6ヶ月 なめらかにすりつぶした状態 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ヶ月~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1	水	ご飯粥 たまねぎ汁 かぼちゃ煮 オレンジ煮		魚軟ご飯 たまねぎ汁 かぼちゃサラダ オレンジ煮	
2	木	ご飯粥 豆腐汁 ほうれん草のトロトロ煮		軟ご飯 豆腐汁 ほうれん草のトロトロ煮	
3	金	トマトリゾット フルーツ煮 なすのミルク煮		トマトリゾット フルーツ煮 ひき肉となすのミルク煮	
4	土	にんじんパン粥 さつまいもとバナナ煮		にんじんパン粥 バナナ煮 さつまいもとカジキ煮	
5	日				
6	月	ご飯粥 チンゲン菜スープ 野菜煮	ご飯粥 チンゲン菜スープ 野菜とひき肉のあんかけ煮	軟ご飯 チンゲン菜スープ 野菜とひき肉のあんかけ煮	
7	火	ご飯粥 トマトスープ じゃがいも煮	トマト入り煮込みそうめん ポテトサラダ	トマト入り煮込みそうめん ポテトサラダ	
8	水	ご飯粥 にんじん汁 キャベツとブロッコリー煮	魚粥 にんじん汁 キャベツとブロッコリー煮	魚軟ご飯 にんじん汁 キャベツとブロッコリー煮	
9	木	ご飯粥 青菜汁 かぼちゃと凍り豆腐煮	ご飯粥 青菜汁 かぼちゃと凍り豆腐煮	軟ご飯 青菜汁 かぼちゃと凍り豆腐煮	
10	金	ご飯粥 たまねぎ汁 トマト煮	ご飯粥 たまねぎ汁 トマトとささ身のあんかけ煮	ご飯粥 たまねぎ汁 トマトとささ身のあんかけ煮	
11	土	ご飯粥 パンプキンスープ 青菜の白和え	バナナパン粥 青菜の白和え	バナナパン粥 青菜の白和え	
12	日				
13	月	ご飯粥 キャロットスープ アスパラとなすのミルク煮	ご飯粥 キャロットスープ アスパラとなすのミルク煮	軟ご飯 キャロットスープ アスパラとなすのミルク煮	
14	火	ご飯粥 コーンスープ キャベツのトロトロ煮	ご飯粥 コーンスープ ひき肉とキャベツのあんかけ煮	軟ご飯 コーンスープ ひき肉とキャベツのあんかけ煮	
15	水	ご飯粥 大根汁 じゃがいも煮	魚粥 大根汁 ポテトサラダ	魚軟ご飯 大根汁 ポテトサラダ	
16	木	ご飯粥 豆腐汁 野菜煮	ご飯粥 豆腐汁 ひじきと野菜のあんかけ煮	軟ご飯 豆腐汁 ひじきと野菜のあんかけ煮	
17	金	ご飯粥 きゃべつ汁 かぼちゃのヨーグルト和え	野菜煮込みうどん かぼちゃのヨーグルト和え	野菜煮込みうどん かぼちゃのヨーグルト和え	
18	土	ご飯粥 オニオンスープ 人参と凍り豆腐煮	ミルクパン粥 人参と凍り豆腐のあんかけ煮	ミルクパン粥 人参と凍り豆腐のあんかけ煮	
19	日				
20	月	海の日			
21	火	ご飯粥 かぼちゃ汁 トマト煮 バナナ煮	ご飯粥 かぼちゃ汁 バナナ煮 ささ身とトマトのあんかけ煮	軟ご飯 かぼちゃ汁 バナナ煮 ささ身とトマトのあんかけ煮	ご飯 かぼちゃ汁 ささ身とトマト煮 バナナ煮
22	水	ご飯粥 玉ねぎ汁 さつまいも煮	魚粥 玉ねぎ汁 さつまいもとひじき煮	魚軟ご飯 玉ねぎ汁 さつまいもとひじき煮	魚ご飯 玉ねぎ汁 さつまいもとひじき煮
23	木	ご飯粥 青菜汁 なす煮	ご飯粥 青菜汁 なすとひき肉のあんかけ煮	軟ご飯 青菜汁 なすとひき肉のあんかけ煮	ご飯 青菜汁 なすとひき肉煮
24	金	ご飯粥 にんじんスープ トマトと青菜煮 オレンジ煮	煮込みそうめん トマトとレバー煮 オレンジ煮	煮込みそうめん トマトとレバー煮 オレンジ煮	煮込みそうめん トマトとレバー煮 オレンジ煮
25	土	ご飯粥 コーンスープ 玉ねぎと豆腐煮	かぼちゃパン粥 玉ねぎと豆腐のあんかけ煮	かぼちゃパン粥 玉ねぎと豆腐のあんかけ煮	かぼちゃサンド コーンスープ 玉ねぎと豆腐煮
26	日				
27	月	ご飯粥 じゃがいも煮 ブロッコリーのミルク煮	ご飯粥 じゃがいも煮 ブロッコリーのミルク煮 メロン煮	軟ご飯 じゃがいも煮 ブロッコリーのミルク煮 メロン煮	ご飯 じゃがいも煮 ブロッコリーのミルク煮 メロン煮
28	火	ご飯粥 トマトスープ キャベツと凍り豆腐煮	ご飯粥 トマトスープ キャベツと凍り豆腐のあんかけ煮	軟ご飯 トマトスープ キャベツと凍り豆腐のあんかけ煮	ご飯 トマトスープ キャベツと凍り豆腐煮
29	水	ご飯粥 ナス汁 小松菜と玉ねぎ煮	魚粥 ナス汁 小松菜と玉ねぎ煮	魚軟ご飯 ナス汁 小松菜と玉ねぎ煮	魚ご飯 ナス汁 小松菜と玉ねぎ煮
30	木	ご飯粥 大根汁 かぼちゃ煮	ご飯粥 大根汁 五目納豆煮 かぼちゃ煮	軟ご飯 大根汁 五目納豆煮 かぼちゃ煮	ご飯 大根汁 五目納豆煮 かぼちゃ煮
31	金	ご飯粥 キャベツ汁 さつまいもと玉ねぎ煮	ひき肉入りうどん さつまいもサラダ	ひき肉入りうどん さつまいもサラダ	ひき肉入りうどん さつまいもサラダ
ミルクの 目安		祐弥くん 奈緒ちゃん 宝良くん 力良くん 200cc	裕弥くん	結ちゃん 奈愛ちゃん 光月くん 160cc~140cc	結ちゃん 奈愛ちゃん 光月くん 100cc~80cc

* 後期から午後のミルクは200ccになります。
* 個々に合わせて進めていきます。