

平成27年8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	完了期 11ヶ月~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期	
1	土	ほうれん草パン粥 かぼちゃ煮	ほうれん草パン粥 かぼちゃとささ身のおんかけ煮	ほうれん草サンド かぼちゃとささ身煮 レタススープ	
2	日				
3	月	ご飯粥 トマトスープ チンゲン菜煮	軟ご飯 トマトスープ チンゲン菜煮 肉団子	ご飯 トマトスープ チンゲン菜煮 肉団子	
4	火	ご飯粥 にんじん汁 レタス煮	軟ご飯 にんじん汁 レタスと豆腐のおんかけ煮	ご飯 にんじん汁 レタスと豆腐煮	
5	水	魚粥 ほうれん草汁 野菜煮	魚軟ご飯 ほうれん草汁 マカロニサラダ	魚ご飯 ほうれん草汁 マカロニサラダ	
6	木	ご飯粥 玉ねぎ汁 野菜煮	軟ご飯 玉ねぎ汁 野菜とひき肉のおんかけ煮	ご飯 玉ねぎ汁 野菜とひき肉煮	
7	金	煮込みうどん トマト煮 オレンジ煮	煮込みうどん レバーのトマト煮 オレンジ煮	煮込みうどん レバーのトマト煮 オレンジ煮	
8	土	ミルクパン粥 レタスと凍り豆腐煮	ミルクパン粥 レタスと凍り豆腐のおんかけ煮	スティックパン レタスと凍り豆腐煮 オニオンスープ	
9	日				
10	月	ご飯粥 にんじん汁 クリームコーン煮	軟ご飯 にんじん汁 クリームコーンとひき肉のおんかけ煮	ご飯 にんじん汁 クリームコーンとひき肉煮	
11	火	ご飯粥 小松菜汁 キャベツと豆腐煮	軟ご飯 小松菜汁 キャベツと豆腐のおんかけ煮	ご飯 小松菜汁 キャベツと豆腐煮	
12	水	魚粥 玉ねぎ汁 ポテトサラダ	魚軟ご飯 玉ねぎ汁 ポテトサラダ	魚ご飯 玉ねぎ汁 ポテトサラダ	
13	木	ご飯粥 じゃが芋汁 野菜煮	軟ご飯 じゃが芋汁 五目納豆 さつまいも煮	ご飯 じゃが芋汁 五目納豆 さつまいも煮	
14	金	煮込みそうめん かぼちゃ煮 トマト煮	煮込みそうめん かぼちゃ煮 トマト煮	煮込みそうめん かぼちゃ煮 トマト煮	
15	土	ご飯粥 にんじん汁 ほうれん草煮	軟ご飯 にんじん汁 ほうれん草とカジキのおんかけ煮	ご飯 にんじん汁 ほうれん草とカジキ煮	
16	日				
17	月	ご飯粥 コーンスープ 凍り豆腐とキャベツ煮	軟ご飯 コーンスープ 凍り豆腐とキャベツのおんかけ煮	ご飯 コーンスープ 凍り豆腐とキャベツ煮	
18	火	ご飯粥 きゃべつ汁 キャロット煮	軟ご飯 きゃべつ汁 ささ身とにんじんのあんかけ煮	ご飯 きゃべつ汁 ささ身のキャロット煮	
19	水	魚粥 チンゲン菜汁 ブロッコリーサラダ	魚軟ご飯 チンゲン菜汁 ブロッコリーサラダ	魚ご飯 チンゲン菜汁 ブロッコリーサラダ	
20	木	煮込みうどん ほうれん草ヨーグルト和え パナナ煮	煮込みうどん ほうれん草のヨーグルト和え パナナ煮	煮込みうどん ほうれん草のヨーグルト和え パナナ煮	
21	金	ご飯粥 かぶ汁 豆腐とキャベツ煮	軟ご飯 かぶ汁 豆腐とキャベツのおんかけ煮	ご飯 かぶ汁 豆腐とキャベツ煮	
22	土	人参パン粥 玉ねぎとトマト煮	人参パン粥 玉ねぎとカジキのおんかけ煮	人参サンド 玉ねぎとカジキ煮 かぼちゃスープ	
23	日				
24	月		軟ご飯 大根汁 かぼちゃのミルク煮	ご飯 大根汁 かぼちゃのミルク煮	
25	火		軟ご飯 コーンスープ トマトと玉ねぎのささ身あんかけ	ご飯 コーンスープ トマトと玉ねぎのささ身煮	
26	水		魚軟ご飯 じゃが芋汁 野菜のおんかけ煮	ご飯 じゃが芋汁 野菜のおんかけ煮	
27	木		軟ご飯 かぼちゃ汁 野菜とひじきのあんかけ煮	ご飯 かぼちゃ汁 野菜とひじきのあんかけ煮	
28	金		煮込みそうめん かじきのミルク煮 トマト煮	煮込みそうめん カジキのミルク煮 トマト煮	
29	土		レタスパン粥 じゃが芋とひき肉のおんかけ煮	カリカリパン 豆腐汁 じゃが芋とひき肉のおんかけ	
30	日				
31	月		軟ご飯 オニオンスープ かぼちゃとささ身煮	ご飯 オニオンスープ かぼちゃとささ身煮	
ミルクの目安 200cc			奈緒ちゃん 力良君 宝良君	祐弥君 奈緒ちゃん 力良君 宝良君	結ちゃん 奈愛ちゃん 光月君 茜音ちゃん 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。