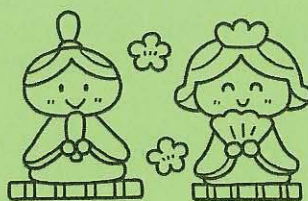


平成30年 3月 離乳食献立予定表



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ヶ月~11ヶ月 歯ぐきでつぶせる固さ カミカミ期
1	木	10倍粥 かぼちゃスープ ほうれん草ペースト		5倍粥 かぼちゃスープ カジキとほうれん草のトロトロ煮
2	金	10倍粥 にんじん汁 さつま芋ペースト		納豆そうめん さつま芋ペースト
3	土	10倍粥 じゃが芋汁 かぶペースト		ポテトパン粥 かぶと鮭のトロトロ煮
4	日			
5	月	10倍粥 玉ねぎ汁 小松菜ペースト		5倍粥 玉ねぎ汁 カジキと小松菜のトロトロ煮
6	火	10倍粥 ほうれん草汁 じゃがいもペースト		5倍粥 ほうれん草汁 じゃがいもとささ身のトロトロ煮
7	水	10倍粥 にんじんスープ かぼちゃペースト		5倍粥 にんじんスープ かぼちゃと凍り豆腐のトロトロ煮
8	木	10倍粥 かぶ汁 ブロッコリーペースト		鮭のリゾット風 ブロッコリーとコーンクリーム のトロトロ煮
9	金	10倍粥 大根汁 きゃべつペースト		根菜うどん きゃべつとレバーのトロトロ煮
10	土	10倍粥 白菜汁 さつま芋ペーストペースト		さつま芋パン粥 豆腐と白菜のトロトロ煮
11	日			
12	月	10倍粥 アスパラスープ じゃが芋ペースト		5倍魚粥 アスパラスープ ポテトサラダ風トロトロ煮
13	火	10倍粥 玉ねぎ汁 かぼちゃペースト		5倍粥 玉ねぎ汁 ささ身とかぼちゃのトロトロ煮
14	水	10倍粥 白菜汁 ブロッコリーペースト		5倍粥 白菜汁 カジキとブロッコリーのトロトロ煮
15	木	10倍粥 じゃが芋汁 にんじんペースト		5倍粥 じゃがいも汁 にんじんと豆腐のトロトロ煮
16	金		温そうめん 大根とささ身のトロトロ煮	温そうめん 大根とささ身のトロトロ煮
17	土		かぼちゃパン粥 かぶとカジキのトロトロ煮	かぼちゃパン粥 かぶとカジキのトロトロ煮
18	日			
19	月		7倍粥 大根汁 レタスと鮭のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 レタスと鮭のトロトロ煮
20	火	7倍粥 小松菜汁 マーボー豆腐風トロトロ煮	5倍粥 小松菜汁 マーボー豆腐風トロトロ煮	
21	水	春分の日		
22	木		7倍魚粥 にんじん汁 かぼちゃサラダ風トロトロ煮	5倍魚粥 にんじん汁 かぼちゃサラダ風トロトロ煮
23	金		春野菜うどん 玉ねぎとレバーのトロトロ煮	春野菜うどん 玉ねぎとレバーのトロトロ煮
24	土		にんじんパン粥 ほうれん草と豆腐のトロトロ煮	にんじんパン粥 ほうれん草と豆腐のトロトロ煮
25	日			
26	月		7倍粥 じゃがいも汁 アスパラと鮭のトロトロ煮	5倍粥 じゃがいも汁 アスパラと鮭のトロトロ煮
27	火		7倍粥 ほうれん草汁 ブロッコリーと納豆のトロトロ煮	5倍粥 ほうれん草汁 ブロッコリーと納豆のトロトロ煮
28	水		7倍粥 大根汁 白菜とささ身のトロトロ煮	5倍粥 大根汁 白菜とささ身のトロトロ煮
29	木		7倍粥 豆腐汁 ポテトサラダ風トロトロ煮	5倍粥 豆腐汁 ポテトサラダ風トロトロ煮
30	金		野菜たっぷりそうめん 小松菜と鮭のトロトロ煮	野菜たっぷりそうめん 小松菜と鮭のトロトロ煮
31	土		りんごパン粥 カジキとアスパラのトロトロ煮	りんごパン粥 カジキとアスパラのトロトロ煮
ごはんから作る			10倍粥 ごはん 1 : 水 4	7倍粥 ごはん 1 : 水 3
米から作る		米 1 : 水 10	米 1 : 水 7	米 1 : 水 5
		愛ちゃん	愛ちゃん	仁愛ちゃん ゆのちゃん

* 個々に合わせて進めていきます。