



7月

離乳食献立予定表

施設長	主任	担当者	

平成25年7月

日(曜)	献立名(共通分)AM	間食(AM)	離乳食PM(後期)	
1(月)	おかゆ 五目炒り豆腐 若布汁	<p>卵の進め方表</p> <p>ゴックン期は少しずつ与えて慣らし、モグモグ期以降、時期と量は守りましょう。1回量はタンパク質を卵だけでとる場合です。他のタンパク質食品と一緒に使うなら、その分を減らします。</p>	バナナヨーグルト クラッカー	
2(火)	おかゆ 鮭フレーク 春雨サラダ かき玉汁		きな粉ホットケーキ 麦茶	
3(水)	おかゆ かぼちゃ入り五目納豆 栄養麩汁		あけぼのがゆ 麦茶	
4(木)	おかゆ ブロッコリーの卵とじ ニラ汁		野菜のゼリー寄せ メロン	
5(金)	おかゆ ズッキーニのくず煮 かぼちゃスープ		ひじき雑炊 スイカ	
6(土)	おかゆ 五目ビーフンソテー 豆麩汁		かぼちゃパンがゆ オレンジ	
7(日)				
8(月)	おかゆ きゃべつの柔らか煮 コーンスープ	<p>5~6カ月ごろ</p> <p>1さじからスタートし、少しずつふやす。豆腐や白身魚に慣れたら固ゆで卵黄を。おかゆやとろみのある野菜スープなどにまぜてトロトロ状にすると食べやすい。</p> 	すいかのプラマンジェ ビスケット	
9(火)	おかゆ ツナと青菜の三色和え なす汁	<p>7~8カ月ごろ</p> <p>前半 卵黄1個</p>  <p>後半 全卵1/3個</p> 	ピザトースト 麦茶	
10(水)	おかゆ なすとかぶの煮物 絹さや汁		しらすがゆ オレンジ	
11(木)	おかゆ じゃが芋のひき肉煮 オクラ汁		かぼちゃだんご 麦茶	
12(金)	おかゆ 高野豆腐の卵とじ かぼちゃのポタージュ		あんかけそうめん オレンジ	
13(土)	おかゆ 夏野菜のころころ煮 若布汁		保 育 参 観	
14(日)				
15(月)	海の日			
16(火)	おかゆ かぼちゃサラダ 豆腐汁	<p>9~11カ月ごろ</p> <p>前半 後半ともに 全卵1/2個</p> 	磯がゆ オレンジ	
17(水)	おかゆ きゃべつのチーズ和え なす汁		きな粉マカロニ 麦茶	
18(木)	おかゆ 五目ひじき煮 小松菜汁		フレンチトースト 麦茶	
19(金)	おかゆ 豆腐と野菜のあんかけ 若布汁		トマトスパゲティ メロン	
20(土)	おかゆ じゃが芋の煮物 豆麩汁		プルーンブレッド 麦茶	
21(日)				
22(月)	おかゆ トマトのチーズグラタン 若布汁		メロンシェイク クラッカー	
23(火)	おかゆ 鮭入りポテトサラダ 絹さや汁	きな粉パンがゆ 麦茶		
24(水)	おかゆ 肉団子入り温野菜 ニラ汁	たまご雑炊 スイカ		
25(木)	おかゆ 和風マーボーなす 若布汁	ポテトのチーズ焼き 麦茶		
26(金)	おかゆ ズッキーニの卵とじ じゃが芋汁	<p>1才~1才6カ月ごろ</p> <p>前半 全卵1/2個</p>  <p>後半 全卵2/3個</p> 	若布うどん オレンジ	
27(土)	おかゆ 冬瓜のあんかけ 豆乳スープ		バナナカップケーキ 麦茶	
28(日)				
29(月)	おかゆ 夏野菜のじっくり煮 豆麩汁		フルーツポンチ ビスケット	
30(火)	おかゆ マセドアンサラダ なす汁		パンプキンサンド 麦茶	
31(水)	おかゆ 鶏ささみと青菜の和え物 豆腐汁		洋風がゆ オレンジ	

* 献立は、材料の関係上、一部変更になる場合があります。

* 献立は、後期に合わせて立てています。

初期はドロドロ状
中期は舌でつぶせる固さ
後期は歯ぐきでつぶせる固さです。

