

平成26年4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ヶ月~10ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	火	つぶし粥 コーンスープ 高野豆腐のくずし煮	ごはん粥 コーンスープ 高野豆腐のうま煮	軟ご飯 コーンスープ 高野豆腐のうま煮
2.	水	つぶし粥 大根スープ ビーフンとブロッコリーの崩し煮	ごはん粥 大根汁 ビーフンソテーアツカ煮 ブロッコリー	軟ご飯 大根汁 ビーフンソテーアツカ煮 ブロッコリー
3.	木	つぶし粥 キャベツスープ ジャガ芋とレタスのくずし煮	ごはん粥 キャベツ汁 肉ジャガ煮 レタス	軟ご飯 キャベツ汁 肉ジャガ煮 レタス
4.	金	つぶし粥 人参スープ やさいの崩し煮	そうめんやきそば風あんかけ煮 人参とたらのスープ	そうめんやきそば風あんかけ煮 人参とたらのスープ
5.	土	つぶし粥 ジャガ芋スープ ほうれん草とバナナくずし煮	青菜パン粥 中華ソテーあんかけ煮	青菜パン粥 中華ソテーあんかけ煮
6.	日			
7.	月	つぶし粥 とうふスープ 薩摩芋とブロッコリーのくずし煮	ごはん粥 とうふ汁 薩摩芋とブロッコリー煮	軟ご飯 とうふ汁 薩摩芋とブロッコリー煮
8.	火	つぶし粥 あおなスープ ポテトサラダ レタス	魚ごはん粥 あおな汁 ポテトサラダ レタス	魚軟ご飯 あおな汁 ポテトサラダ レタス
9.	水	つぶし粥 たまねぎスープ キャベツと人参のくずし煮	ごはん粥 玉ねぎ汁 キャベツとにんじんのあんかけ煮	軟ご飯 玉ねぎ汁 キャベツとにんじんのあんかけ煮
10.	木	つぶし粥 コーンスープ 人参とふのくずし煮	ごはん粥 コーンスープ ひじき寄せあんかけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 コーンスープ ひじき寄せあんかけ煮 ジャガ煮
11.	金	つぶし粥 野菜スープ 南瓜の甘煮	うどんじる 南瓜の甘煮	うどんじる 南瓜の甘煮
12.	土	つぶし粥 カボチャスープ 野菜ソテーくずし煮	ミルクパン粥 野菜ソテーあんかけ煮	ミルクパン粥 野菜ソテーあんかけ煮
13.	日			
14.	月	つぶし粥 ホワイトシチュー ブロッコリーとジャガ芋のくずし煮	ごはん粥 タンポポシチュー ささ身のさっぱり煮	軟ご飯 タンポポシチュー ささ身のさっぱり煮
15.	火	つぶし粥 とうふスープ 青菜和えくずし煮	魚ごはん粥 とうふ汁 青菜和えあんかけ煮 トマト	軟ご飯 とうふ汁 青菜和えあんかけ煮 トマト
16.	水	つぶし粥 カボチャスープ 温野菜くずし煮	ごはん粥 カボチャ汁 温野菜あんかけ煮 肉団子	軟ご飯 カボチャ汁 温野菜あんかけ煮 肉団子
17.	木	つぶし粥 カブスープ 白菜とにんじんのくずし煮	ごはん粥 カブ汁 白菜と挽き肉の煮物	軟ご飯 カブ汁 白菜と挽き肉の煮物
18.	金	つぶし粥 ジャガ芋とアツカのスープ 野菜のミルクくずし煮	ごはん粥 ジャガ芋とアツカのスープ 鶏肉とブロッコリーのミルク煮 フルーツ	軟ご飯 ジャガ芋とアツカのスープ 鶏肉とブロッコリーのミルク煮 フルーツ
19.	土	つぶし粥 にんじんスープ レタスソテーくずし煮	にんじんパン粥 レタスソテーあんかけ煮	にんじんパン粥 レタスソテーあんかけ煮
20.	日			
21.	月	つぶし粥 ブロッコリースープ 薩摩の白和えくずし煮	ごはん粥 ブロッコリーシチュー 薩摩の白和え煮	軟ご飯 ブロッコリーチュー 薩摩の白和え煮
22.	火	つぶし粥 ジャガ芋スープ にんじんマッシュ	魚ごはん粥 ジャガ芋汁 マカロニサラダ レタス	魚軟ご飯 ジャガ芋汁 マカロニサラダ レタス
23.	水	つぶし粥 栄養スープ キャベツのトロトロ煮	ごはん粥 栄養汁 キャベツとささ身のあんかけ煮	軟ご飯 栄養汁 キャベツとささ身のあんかけ煮
24.	木	つぶし粥 カボチャスープ チンゲン菜のくずし煮	ごはん粥 カボチャ汁 チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 カボチャ汁 チンゲン菜のそぼろ餡かけ煮
25.	金	つぶし粥 玉ねぎスープ とうふとにんじんのトロトロ煮	白菜そうめんあんかけ煮 たらととうふのスープ	白菜そうめんあんかけ煮 たらととうふのスープ
26.	土	つぶし粥 にんじんスープ カボチャのミルクくずし煮	南瓜パン粥 野菜と挽肉のあんかけ煮	南瓜パン粥 野菜と挽肉のあんかけ煮
27.	日			
28.	月	つぶし粥 コロコロスープ だいこんとほうれん草のトロトロ煮	ごはん粥 コロコロスープ 大根とほうれん草の煮物	軟飯 コロコロスープ 大根とほうれん草の煮物
29.	火			
30.	水	つぶし粥 あおなスープ 野菜のくずし煮	ごはん粥 あおな汁 五目野菜あんかけ煮 さつま煮	軟ご飯 あおな汁 五目納豆 さつま煮
ミルクの	目安	陽葵ちゃん 陽友君 瑛太君 180cc	瑛太君 美月ちゃん 晴都君 180cc	晴都君 龍信君 栞那ちゃん 160cc

* 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。

* 材料の都合で、献立が変わる事があります。

