

# 平成26年12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 9~10ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期	完了期 11~12ヶ月 歯茎で潰せる固さ カミカミ期
1.	月	つぶし粥 玉葱スープ 人参とリンゴの崩し煮	ご飯粥 玉葱汁 ささ身のさっぱり煮	軟ご飯 玉葱汁 ささ身のさっぱり煮	ご飯 玉葱汁 ささ身のさっぱり煮
2.	火	つぶし粥 豆腐スープ レタスマッシュ	魚粥 豆腐汁 マカロニサラダ レタス	魚軟ご飯 豆腐汁 マカロニサラダ レタス	魚ご飯 豆腐汁 マカロニサラダ レタス
3.	水	つぶし粥 コーンスープ 野菜和え崩し煮	ご飯粥 コーンスープ 温野菜和え餡かけ煮	軟ご飯 コーンスープ 温野菜和え餡かけ煮	ご飯 コーンスープ 温野菜和え餡かけ煮
4.	木	つぶし粥 大根スープ さつま芋とブロッコリーの崩し煮	ご飯粥 大根汁 筑前煮 ブロッコリー煮	軟ご飯 大根汁 筑前煮 ブロッコリー煮	ご飯 大根汁 筑前煮 ブロッコリー煮
5.	金	つぶし粥 人参スープ ハウレン草崩し煮	あったかそうめん ほくほく大根煮	あったかそうめん ほくほく大根煮	あったかそうめん ほくほく大根煮
6.	土	つぶし粥 玉葱スープ ブロッコリーマッシュ	ミルクパン粥 ブロッコリーサラダ	ミルクパン粥 ブロッコリーサラダ	スティックパン 玉葱スープ ブロッコリーサラダ
7.	日				
8.	月	つぶし粥 さつま芋スープ 白菜のクタクタ煮	ご飯粥 さつま芋シチュー 挽肉と白菜の煮物	軟ご飯 さつま芋シチュー 挽肉と白菜の煮物	ご飯 さつま芋シチュー 挽肉と白菜の煮物
9.	火	つぶし粥 白菜スープ 青菜和えの崩し煮	魚粥 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 カボチャ	魚軟ご飯 白菜汁 青菜和え餡かけ煮 カボチャ	魚ご飯 白菜汁 青菜和え カボチャ
10.	水	つぶし粥 野菜スープ 人参とじゃが芋崩し煮	ご飯粥 野菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	軟ご飯 野菜スープ ヒジキ寄せ餡かけ煮 ジャガ煮	ご飯 野菜スープ ヒジキ寄せ煮 ジャガ煮
11.	木	つぶし粥 青菜スープ 赤ちゃんベビーマーボー崩し煮	ご飯粥 ほうれん草汁 赤ちゃんベビーマーボー	軟ご飯 ほうれん草汁 赤ちゃんベビーマーボー	ご飯 ほうれん草汁 赤ちゃんベビーマーボー
12.	金	つぶし粥 人参スープ ブロッコリーと豆腐の崩し煮	ミルク餡かけご飯粥 フルーツ ブロッコリーと豆腐煮 人参スープ	ミルク餡かけ軟ご飯 フルーツ ブロッコリーと豆腐煮 人参スープ	ミルク餡かけご飯 フルーツ ブロッコリーと豆腐煮 人参スープ
13.	土	つぶし粥 青菜スープ 南瓜のミルク崩し煮	青菜パン粥 カボチャ煮	青菜パン粥 カボチャ煮	ロールパン 青菜スープ カボチャ煮
14.	日				
15.	月	つぶし粥 じゃが汁 白菜の崩し煮	ご飯粥 じゃが芋汁 挽肉と玉葱のそぼろ餡かけ煮	軟ご飯 じゃが芋汁 挽肉と玉葱のそぼろ餡かけ煮	ご飯 じゃが芋汁 挽肉と玉葱のそぼろ餡かけ
16.	火	つぶし粥 さつま芋スープ ポテトマッシュ	魚粥 さつま芋汁 ポテトサラダ レタス	魚軟ご飯 さつま芋汁 ポテトサラダ レタス	魚ご飯 さつま芋汁 ポテトサラダ レタス
17.	水	つぶし粥 青菜スープ 三色和え崩し煮	ご飯粥 青菜汁 三色和え餡かけ煮 肉団子	軟ご飯 青菜汁 三色和え餡かけ煮 肉団子	ご飯 青菜汁 三色和え 肉団子
18.	木	つぶし粥 玉ねぎスープ カボチャマッシュ	ご飯粥 玉ねぎ汁 野菜餡かけ煮 冬至カボチャ	軟ご飯 玉ねぎ汁 野菜納豆 冬至カボチャ	ご飯 玉ねぎ汁 野菜納豆 冬至カボチャ
19.	金	つぶし粥 かぶスープ 野菜の崩し煮	そうめん焼きそば風餡かけ煮 かぶスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 かぶスープ	そうめん焼きそば風餡かけ煮 かぶスープ
20.	土	保育発表会			
21.	日				
22.	月	つぶし粥 青菜スープ ジャガ芋と麩の崩し煮	ご飯粥 青菜汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー	軟ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー	ご飯 青菜汁 肉ジャガ煮 ブロッコリー
23.	火	天皇誕生日			
24.	水	つぶし粥 かぶスープ じゃが芋とブロッコリーの崩し煮	ご飯粥 かぶ汁 じゃが芋とブロッコリーの和え物	軟ご飯 かぶ汁 じゃが芋とブロッコリーの和え物	ご飯 かぶ汁 じゃが芋とブロッコリーの和え物
25.	木	つぶし粥 パパキンスープ 人参マッシュ	ご飯粥 パパキンスープ 人参ポテトマッシュ	軟ご飯 パパキンスープ 人参ポテトマッシュ	ご飯 パパキンスープ 人参ポテトマッシュ
26.	金	つぶし粥 人参スープ ほうれん草の崩し煮	煮込みうどん ほうれん草のお浸し	煮込みうどん ほうれん草のお浸し	煮込みうどん ほうれん草のお浸し
27.	土	つぶし粥 カブスープ 春雨ソテー崩し煮	バナナパン粥 春雨ソテー餡かけ煮	バナナパン粥 春雨ソテー餡かけ煮	バナナサンド カブスープ 春雨ソテー
28.	日				
29.	月	つぶし粥 ちんゲン菜スープ 人参のトロトロ煮	ご飯粥 ちんゲン菜スープ ささ身とブロッコリー煮	軟ご飯 ちんゲン菜スープ ささ身とブロッコリー煮	ご飯 ちんゲン菜スープ ささ身とブロッコリー煮
30.	火	つぶし粥 野菜スープ かぶと人参の崩し煮	野菜パン粥 かぶと人参の煮物	野菜パン粥 かぶと人参の煮物	野菜パン粥 かぶと人参の煮物
ミルクの	目安	希美花ちゃん 200cc	希美花ちゃん 180cc	晟空君 ももかちゃん 智斗君 160cc~140cc	ももかちゃん 晴太君 智斗君 80cc~100cc

\* 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。また、土曜日は「つぶし粥」から「パン粥」へと移行していきます。

\* 後期から午後のミルクは200ccになります。