

令和3年1月 離乳食予定献立表

日 曜		午前の食事				午後の食事			
月齢と調理形態		生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃
		なめらかにすりつぶした状態 (ヨーグルトくらい)	舌でつぶせるかたさ (豆腐くらい)	歯ぐきでつぶせるかたさ (バナナくらい)	歯ぐきでかめるかたさ (肉だんごくらい)	生後5~6か月頃	生後7~8か月頃	生後9~11か月頃	生後12~18か月頃
4	月	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 果物 豚肉と野菜の炒め煮	軟飯 果物 カレー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
5	火	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	みどり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 果物	軟飯 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
6	水	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	のり粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 野菜スープ 焼きのり ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー	軟飯 野菜スープ 焼きのり ふわふわオムレツ ゆでブロッコリー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
7	木	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 白菜のみみ漬け	軟飯 みそ汁 煮魚 白菜のみみ漬け	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	七草 おにぎり
8	金	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 春雨スープ 豚肉とじゃがいもの炒め煮 果物	軟飯 春雨スープ 豚肉とじゃがいもの炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
9	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 クリームシチュー 焼きのり 果物	軟飯 クリームシチュー 焼きのり 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
12	火	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮 刻み果物	かた粥 みそ汁 豚肉と大根の炒め煮 果物	軟飯 みそ汁 豚肉と大根の炒め煮 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おかか おにぎり
13	水	つぶし粥 野菜スープ 豆腐のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 豆腐のくず煮 野菜の煮物	かた粥 わかめスープ ハンバーグ ブロッコリーソテー	軟飯 わかめスープ ハンバーグ ブロッコリーソテー	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	パン
14	木	つぶし粥 野菜スープ 白身魚のすり流し 野菜ペースト	お粥 野菜スープ 魚のくず煮 野菜の煮物	かた粥 みそ汁 煮魚 三色ひたし	軟飯 みそ汁 煮魚 三色ひたし	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ
15	金	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 豚汁 果物	五目軟飯 豚汁 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	ちんすこう
16	土	つぶし粥 野菜スープ 野菜のミルクペースト	お粥 野菜スープ 野菜のミルク煮	かた粥 みそ汁 豚肉と野菜の炒め煮 果物	軟飯 みそ汁 肉じゃが 果物	ミルク	ミルク	軽食 または ミルク	おやつ

* こども園では、赤ちゃんの年齢や発育状態にあわせて、調理形態や使用する食品の種類を変えています。 * こども園で実際に食べた離乳食の内容は、連絡帳に記入してお知らせします。

