



# 離乳食献立表

	月	火	水	木	金	土
	1	2	3	4	5	6
中期	・全粥 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・ツナと人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツの和え物 ・清汁	・全粥 ・ベビー肉じゃが ・さつま芋と人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・キャベツと人参の和え物 ・清汁	・パン粥 ・ツナとキャベツの炒り煮 ・じゃがいもと人参の煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃが芋の煮物 ・人参の和え物 ・清汁
後期	・軟飯 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・ツナと人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツの和え物 ・清汁	・軟飯 ・ベビー肉じゃが ・さつま芋と人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの煮物 ・キャベツと人参の和え物 ・清汁	・パン粥 ・ツナとキャベツの炒り煮 ・じゃがいもと人参の煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃが芋の煮物 ・人参の和え物 ・清汁
10時のおやつ	・ゆかり粥	・りんご	・さつま芋スティック	・人参スティック	・粉ふき芋	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・ほうれん草のおやき	・キャベツのおやき	・さつま芋のおやき	・玉葱のおやき	・野菜粥	・さつま芋スティック
	8	9	10	11	12	13
中期	・全粥 ・豆腐と大根の煮物 ・しらすと人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃがいもの炒り煮 ・ブロッコリーと人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・じゃがいもの煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とほうれん草の炒り煮 ・大根の煮物 ・清汁	・パン粥 ・ツナと玉葱の炒り煮 ・さつま芋の煮物 ・清汁	・全粥 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・さつま芋の煮物 ・清汁
後期	・軟飯 ・豆腐と大根の煮物 ・しらすと人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃがいもの炒り煮 ・ブロッコリーと人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・じゃがいもの煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とほうれん草の炒り煮 ・大根の煮物 ・清汁	・パン粥 ・ツナと玉葱の炒り煮 ・さつま芋の煮物 ・清汁	・軟飯 ・豆腐と玉ねぎの炒り煮 ・ほうれん草の和え物 ・清汁
10時のおやつ	・豆乳粥	・スティックさやうり	・バナナ	・スティック大根	・さつま芋スティック	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・フルーツ和え	・麩のきな粉あえ	・粉ふき芋	・ポテトおやき	・豆乳粥	・鮭粥
	15	16	17	18	19	20
中期	・全粥 ・白身魚とキャベツの炒り煮 ・かぼちゃの甘煮 ・清汁	・全粥 ・豆腐と大根の煮物 ・キャベツの和えもの ・清汁	・全粥 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツと人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・白和え ・清汁	・全粥 ・ツナと玉ねぎの炒り煮 ・ほうれん草と人参の和え物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・白和え ・清汁
後期	・軟飯 ・白身魚とキャベツの炒り煮 ・かぼちゃの甘煮 ・清汁	・軟飯 ・豆腐と大根の煮物 ・キャベツの和えもの ・清汁	・軟飯 ・白身魚と玉ねぎの炒り煮 ・キャベツと人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・白和え ・清汁	・軟飯 ・ツナと玉ねぎの炒り煮 ・ほうれん草と人参の和え物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉と玉ねぎの煮物 ・白和え ・清汁
10時のおやつ	・しらす粥	・オレンジ	・スティック人参	・粉ふき芋	・スティックさやうり	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・リンゴのおやき	・豆乳のおやき	・スイートポテト	・お麩レンチトースト	・玉葱のおやき	・人参のおやき
	22	23	24	25	26	27
中期	・全粥 ・豆腐と白菜の炒り煮 ・ほうれん草としらすの和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とキャベツの炒り煮 ・大根の煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・キャベツと人参のあえもの ・清汁	・全粥 ・ツナとキャベツのくた煮 ・さつま芋と人参の煮物 ・清汁	・全粥 ・鶏肉とブロッコリーの煮物 ・じゃがいもの煮物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・人参の和え物 ・清汁
後期	・軟飯 ・豆腐と白菜の炒り煮 ・ほうれん草としらすの和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とキャベツの炒り煮 ・大根の煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・キャベツと人参のあえもの ・清汁	・軟飯 ・ツナとキャベツのくた煮 ・さつま芋と人参の煮物 ・清汁	・軟飯 ・鶏肉とブロッコリーの煮物 ・じゃがいもの煮物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とじゃがいもの煮物 ・人参の和え物 ・清汁
10時のおやつ	・人参粥	・スティック大根	・りんご	・さつま芋スティック	・スティック人参	・離乳食用お菓子
3時のおやつ	・豆腐のおやき	・玉葱のおやき	・しらす粥	・麩のきな粉和え	・粉ふき芋	・豆乳粥
	29	30	27			
中期	・全粥 ・白身魚と大根の煮物 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・全粥 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・大根と人参の煮物 ・清汁				
後期	・軟飯 ・白身魚と大根の煮物 ・ほうれん草の和え物 ・清汁	・軟飯 ・白身魚とさつま芋の煮物 ・大根と人参の煮物 ・清汁				
10時のおやつ	・わかめ粥	・粉ふき芋				
3時のおやつ	・フルーツ和え	・豆乳のおやき				