



*食材の都合により献立を変更する事があります。

*食材の都合により献立を変更する事があります

日付	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~
	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく削み	
02(月)	・つぶし粥・魚ペースト ・野菜ペースト・じゃがいもスープ	・全粥・煮魚・豆腐のそぼろ煮 こまつなのみそ汁	・軟飯・煮魚・豆腐のそぼろ煮 こまつなのみそ汁	クッキー
03(火)	・つぶし粥・魚のだし煮・ 野菜と大豆煮・野菜スープ	・全粥・魚のだし煮 ・野菜と大豆煮・野菜スープ	・軟飯・魚のだし煮・野菜と大豆煮 ・野菜スープ	蒸しパン
04(水)	・つぶし粥・魚ペースト 豆腐野菜ペースト・大根スープ	・全粥・鶏肉のトマト煮 ・野菜とツナ和え・ゆし豆腐	・軟飯・鶏肉のトマト煮 ・野菜とツナ和え・ゆし豆腐	ツナ蒸しパン
05(木)	・つぶし粥・魚ペースト ・野菜ペースト・大根スープ	・全粥・魚のみそ煮・肉じゃが ・大根のみそ汁	・軟飯・魚煮・豆腐ちゃんぶる一煮 ・かぶのみそ汁	ホットケーキ
06(金)	・つぶし粥・南瓜ペースト ・トマトペースト・玉ねぎスープ	・全粥・南瓜のそぼろ煮 ・トマトのツナ煮・玉ねぎスープ	・軟飯・南瓜のそぼろ煮 ・大根のだし煮・ブロッコリースープ	焼きドーナツ
07(土)	・つぶし粥・野菜ペースト ・もやしペースト・南瓜スープ	・全粥・肉じゃが もやしの和え物・南瓜のみそ汁	・軟飯・肉じゃが ・もやしの和え物・南瓜のみそ汁	くずもち
09(月)	・つぶし粥・魚ペースト ・野菜ペースト・豆腐スープ	・全粥・魚の玉葱煮 ・白菜とほうれん草のお浸し ・豆腐のみそ汁	・軟飯・魚のコーン煮・おから煮 ・わかめのみそ汁	かぼちゃのケーキ
10(火)	・つぶし粥・白菜のとりそぼろ煮 ・レタスのサラダ煮・野菜スープ	・全粥・白菜のとりそぼろ煮 ・レタスのサラダ煮・野菜スープ	・軟飯・白菜のとりそぼろ煮 ・レタスのサラダ煮・野菜スープ	ホットケーキ
12(木)	・つぶし粥・野菜ペースト ・小松菜ペースト・コーンスープ	・そぼろ粥丼・コーンスープ	・軟飯・野菜のそぼろ煮 ・小松菜のツナ和え・コーンスープ	ほうれん草のおやき
13(金)	・つぶし粥・野菜ペースト ・野菜ペースト・スープ	・全粥・野菜煮・鶏肉とトマト煮 ・コーンスープ	・軟飯・鶏ハンバーグ・サラダ煮 ・ポタージュスープ	クッキー
14(土)	・つぶし粥・野菜ペースト ・なすのスープ	・全粥・鶏肉と野菜煮・なすのみそ汁	・軟飯・鶏肉と野菜煮・なすのみそ汁	ホットケーキ
16(月)	・つぶし粥・野菜ペースト ・野菜ペースト・スープ	・全粥・魚のだし煮・野菜と大豆煮 ・野菜スープ	・軟飯・魚のだし煮 ・野菜ちゃんぶる一・もずくのみそ汁	おかか粥
17(火)	・つぶし粥・魚ペースト ・野菜ペースト・大根スープ	・全粥・魚のみそ煮・肉じゃが ・大根のみそ汁	・軟飯・からし菜炒め煮・ひじき煮 ・キャベツのみそ汁	アーサー入りおやき
18(水)	・つぶし粥・豆腐ペースト ・野菜ペースト ・玉ねぎスープ	・全粥・豆腐の野菜煮・玉ねぎ味噌汁	・軟飯・鶏とたまねぎ煮 ・ほうれん草のナムル ・わかめスープ	まんまるじゃが
19(木)	・つぶし粥・野菜ペースト ・野菜ペースト・スープ	・全粥・魚のだし煮・野菜と大豆煮 ・野菜スープ	・軟飯・魚と大根煮 ・きゅうりと人参あえ・豆腐みそ汁	くずもち

日付	初期(ごっくん期) 5~6ヶ月	中期(もぐもぐ期) 7~8ヶ月	後期(かみかみ期) 9~11ヶ月	2回食 pm3:00 後期~
	ヨーグルト状 ペースト	豆腐の固さ マッシュ	バナナの固さ 柔らかく削み	
20(金)	・つぶし粥・魚ペースト ・野菜ペースト・豆腐スープ	・全粥・魚の玉葱煮 ・白菜とほうれん草のお浸し ・豆腐のみそ汁	・軟飯・野菜のそぼろ煮・サラダ煮 ・大根スープ	きなこホットケーキ
21(土)	・つぶし粥・野菜ペースト・ 玉ねぎスープ	・全粥・豆腐の野菜煮 ・玉ねぎ味噌汁	・軟飯・豆腐の野菜煮 ・わかめの味噌汁	ホットケーキ
24(火)	・つぶし粥・魚のペースト ・野菜ペースト・豆腐のスープ	・青菜全粥・煮魚・野菜炒め ・豆腐のみそ汁	・軟飯・魚のみそ煮 ・ひじきの炒め煮・豆腐のみそ汁	かぼちゃスコーン
25(水)	・つぶし粥・白菜のとりそぼろ煮 ・レタスのサラダ煮・野菜スープ	・全粥・白菜のとりそぼろ煮 ・レタスのサラダ煮・野菜スープ	・軟飯・肉だんご・きゅうりと人参あえ ・チンゲン菜スープ	ブロッコリー蒸しパン
26(木)	・つぶし粥・白身魚ペースト ・野菜ペースト・ブロッコリースープ	・全粥・白身魚のケチャップ煮 ・野菜のそぼろ煮 ・ブロッコリーのみそ汁	・軟飯・魚煮・野菜のだし煮 ・わかめのみそ汁	肉まん
27(金)	・つぶし粥・野菜ペースト ・野菜ペースト・スープ	・全粥・ケチャップ煮 ・フレンチサラダ煮・スープ	・軟飯・トマト煮・ブロッコリーサラダ煮 ・ほうれん草のみそ汁	ホットケーキ
28(土)	・つぶし粥・魚ペースト・野菜ペースト ・コーンスープ	・全粥・魚の味噌煮・人参ツナ炒め ・コーンスープ	・軟飯・魚の味噌煮・人参ツナ炒め ・コーンスープ	ふかし芋



離乳食完了期の食事

・舌の動き・

前後運動、上下運動に加えて左右の運動もできるようにする

・口の動き・

前歯でかじりとする

・調理形態・

ハンバーグくらいの固さを噛んで食べられるような固さ(歯ぐきでかみつぶせる固さ)

口の動きは大人に近づき、食べるための咀嚼の基礎をほぼ習得します。1人で食べられるステップとして、積極的に食べ物に手を出し、手づかみ食べをしようします。手でつかんで口に入れることで、自分の口に入る食べ物の大きさ、量などを確かめているのです。手づかみ食べがしやすいメニューを準備してあげましょう。



例)ゆで野菜のステック状

平たいもの(ハンバーグ・おやきなど)



*離乳食は個々の発達・体調に合わせて調整しています。

