

	もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9~11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	火 おかゆ ふの煮物(ふ 人参 じゃがいも いんげん) やわらか煮(きゅうり 人参 しらす ブロッコリー)	軟飯 ふの煮物 やわらか煮	ミルク せんべい
2	水 おかゆ みそ汁(大根 人参 ふ) あんかけハンバーグ(鶏ひき肉 玉ねぎ キャベツ 人参)	軟飯 みそ汁 あんかけハンバーグ	ミルク マフィン
3	木 おかゆ やわらか煮(きゅうり わかめ キャベツ) ささみのあんかけ煮(ささみ 人参 さつまいも ブロッコリー)	軟飯 やわらか煮 ささみのあんかけ煮	ミルク 蒸しパン
4	金 おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 人参 玉ねぎ ブロッコリー) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 ポテトサラダ	ミルク せんべい
5	土 おかゆ みそ汁(人参 ふ ねぎ じゃがいも)	軟飯 みそ汁	
7	月 おかゆ 豆乳スープ(キャベツ 玉ねぎ 人参) 肉団子(鶏ひき肉 玉ねぎ 人参)	軟飯 豆乳スープ 肉団子	ミルク ビスケット
8	火 おかゆ トマト煮(トマト 鶏むね肉 人参 玉ねぎ ブロッコリー) かぼちゃサラダ(かぼちゃ きゅうり チーズ)	軟飯 トマト煮 かぼちゃサラダ	ミルク スティック ケーキ
9	水 おかゆ 豆腐ハンバーグ(鶏ひき肉 豆腐 玉ねぎ) みそ汁(キャベツ 人参 いんげん ふ)	軟飯 豆腐ハンバーグ みそ汁	ミルク せんべい
10	木 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 キャベツ きゅうり 人参) みそ汁(わかめ 玉ねぎ 人参 じゃがいも)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク パンがゆ
11	金 おかゆ 豆腐ハンバーグ(豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ) クリームシチュー(人参 玉ねぎ 小松菜 ブロッコリー)	軟飯 豆腐ハンバーグ クリームシチュー	ミルク 茶巾絞り
12	土 おかゆ みそ汁(キャベツ 人参 玉ねぎ ふ)	軟飯 みそ汁	
14	月 おかゆ ふの煮物(ふ 人参 大豆 じゃがいも) あんかけ煮(しらす きゅうり 人参 わかめ)	軟飯 ふの煮物 あんかけ煮	ミルク せんべい
15	火 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 人参 玉ねぎ) ミネストローネ(キャベツ 玉ねぎ 人参 じゃがいも トマト)	軟飯 魚のあんかけ煮 ミネストローネ	パンがゆ
16	水 おかゆ かぼちゃのそぼろ煮(かぼちゃ 鶏ひき肉) みそ汁(ふ 小松菜 人参 玉ねぎ)	軟飯 かぼちゃのそぼろ煮 みそ汁	ミルク おやき
17	木 おかゆ 肉団子(鶏ひき肉 玉ねぎ) 野菜スープ(キャベツ 玉ねぎ ブロッコリー トマト)	軟飯 肉団子 野菜スープ	ミルク スイートポテト
18	金 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 キャベツ 人参 ブロッコリー) みそ汁(さつまいも 人参 大根)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
19	土 おかゆ あんかけ煮(鶏むね肉 人参 玉ねぎ じゃがいも)	軟飯 あんかけ煮	
21	月 おかゆ 肉じゃが(じゃがいも 人参 玉ねぎ いんげん ささみ) やわらか煮(きゅうり 人参 しらす ブロッコリー)	軟飯 肉じゃが やわらか煮	ミルク マフィン
22	火 おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 じゃがいも 人参 なす 玉ねぎ) 野菜スープ(人参 玉ねぎ チンゲン菜)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 野菜スープ	ミルク ビスケット
23	水 おかゆ マーボー豆腐(鶏ひき肉 豆腐 人参 ピーマン ねぎ) かぼちゃサラダ(かぼちゃ きゅうり 人参 チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	ミルク ウエハース
24	木 おかゆ ふの煮物(ふ 人参 玉ねぎ 鶏ひき肉 小松菜) ポテトサラダ(じゃがいも 人参 きゅうり チーズ)	軟飯 ふの煮物 ポテトサラダ	ミルク 茶巾絞り
25	金 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 キャベツ 人参) みそ汁(わかめ 人参 かぼちゃ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
26	土 おかゆ あんかけ煮(キャベツ 人参 玉ねぎ ふ)	軟飯 あんかけ煮	
28	月 おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 玉ねぎ 人参) クリーム煮(じゃがいも 人参 玉ねぎ ブロッコリー)	軟飯 魚のあんかけ煮 クリーム煮	ミルク せんべい
29	火 おかゆ 豆腐のあんかけ煮(豆腐 チンゲン菜 人参 さつまいも) やわらか煮(白菜 きゅうり 人参 しらす)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 やわらか煮	ミルク せんべい
30	水 おかゆ かぼちゃサラダ(かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり チーズ) トマト煮(ささみ トマト 玉ねぎ ブロッコリー 人参)	軟飯 かぼちゃサラダ トマト煮	ミルク スティック ケーキ