

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	金	おかゆ 野菜スープ(人参 キャベツ ブロッコリー 豆腐) かぼちゃのそぼろ煮(かぼちゃ 鶏ひき肉)	軟飯 野菜スープ かぼちゃのそぼろ煮	ミルク ビスケット
2	土	おかゆ みそ煮(人参 玉ねぎ じゃがいも ささみ)	軟飯 みそ煮	
4	月	おかゆ パンプキンサラダ(かぼちゃ 玉ねぎ きゅうり 豆乳) 肉団子スープ(人参 白菜 チンゲン菜 豆腐 鶏ひき肉 パン粉)	軟飯 パンプキンサラダ 肉団子スープ	ミルク せんべい
5	火	おかゆ 白身魚のあんかけ煮(人参 玉ねぎ 白身魚) みそ汁(人参 じゃがいも 小松菜 ふ)	軟飯 白身魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
6	水	おかゆ さつまいもの煮物(人参 さつまいも) 冬瓜スープ(人参 玉ねぎ 冬瓜 鶏ひき肉 パン粉)	軟飯 さつまいもの煮物 冬瓜スープ	ミルク ビスケット
7	木	おかゆ やわらか煮(人参 キャベツ きゅうり) ホワイトシチュー(人参 玉ねぎ じゃがいも ささみ 豆乳 米粉)	軟飯 やわらか煮 ホワイトシチュー	ミルク せんべい
8	金	おかゆ 白身魚のあんかけ煮(人参 きゅうり 白身魚) 豆乳みそスープ(人参 玉ねぎ かぼちゃ ブロッコリー 豆乳)	軟飯 白身魚のあんかけ煮 豆乳みそスープ	ミルク ビスケット
9	土	おかゆ ささみのあんかけ煮(人参 玉ねぎ ブロッコリー ささみ)	軟飯 ささみのあんかけ煮	
11	月	おかゆ あんかけハンバーグ(人参 ブロッコリー 鶏ひき肉 パン粉) ふの煮物(人参 いんげん さつまいも ふ)	軟飯 あんかけハンバーグ ふの煮物	ミルク せんべい
12	火	おかゆ 白身魚のあんかけ煮(人参 きゅうり 白身魚) すまし汁(人参 大根 豆腐 ねぎ)	軟飯 白身魚のあんかけ煮 すまし汁	ミルク せんべい
13	水	おかゆ あんかけ煮(人参 きゅうり しらす) 磯煮(人参 じゃがいも 大豆 ふ わかめ)	軟飯 あんかけ煮 磯煮	ミルク ビスケット
14	木	おかゆ ささみのやわらか煮(人参 ブロッコリー ささみ) みそ汁(人参 玉ねぎ じゃがいも 豆腐)	軟飯 ささみのやわらか煮 みそ汁	ミルク せんべい
15	金	おかゆ ポテトサラダ(人参 きゅうり じゃがいも 豆乳) マーボー豆腐(人参 ビーマン ねぎ 鶏ひき肉 豆腐)	軟飯 ポテトサラダ マーボー豆腐	ミルク スティックケーキ
16	土	おかゆ 野菜のそぼろあんかけ(人参 チンゲン菜 ブロッコリー ねぎ ひき肉)	軟飯 野菜のそぼろあんかけ	
19	火	おかゆ ささみのあんかけ煮(人参 ほうれん草 ささみ) 野菜スープ(人参 玉ねぎ さつまいも ブロッコリー)	軟飯 ささみのあんかけ煮 野菜スープ	ミルク ビスケット
20	水	おかゆ あんかけ煮(人参 きゅうり しらす) 肉団子スープ(人参 玉ねぎ キャベツ 鶏ひき肉 パン粉)	軟飯 あんかけ煮 肉団子スープ	ミルク せんべい
21	木	おかゆ 白身魚のあんかけ煮(ブロッコリー 玉ねぎ 白身魚) トマトスープ(人参 玉ねぎ 大豆 じゃがいも トマト)	軟飯 白身魚のあんかけ煮 トマトスープ	ミルク せんべい
22	金	おかゆ やわらか煮(人参 キャベツ 小松菜) 冬瓜のすまし汁(人参 玉ねぎ いんげん 冬瓜 鶏ひき肉)	軟飯 やわらか煮 冬瓜のすまし汁	ミルク せんべい
25	月	おかゆ さつまいもサラダ(人参 きゅうり さつまいも 豆乳) 肉団子煮(玉ねぎ じゃがいも トマト 鶏ひき肉 パン粉)	軟飯 さつまいもサラダ 肉団子煮	ミルク ビスケット
26	火	おかゆ やわらか煮(人参 きゅうり キャベツ) 豆腐のあんかけ煮(人参 大根 いんげん 豆腐 ささみ)	軟飯 やわらか煮 豆腐のあんかけ煮	ミルク せんべい
27	水	おかゆ 白身魚のあんかけ煮(人参 玉ねぎ 白身魚) みそ汁(キャベツ じゃがいも ねぎ 豆腐)	軟飯 白身魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
28	木	おかゆ やわらか煮(人参 きゅうり キャベツ) 磯煮(人参 大豆 ふ わかめ じゃがいも)	軟飯 やわらか煮 磯煮	ミルク スティックケーキ
29	金	おかゆ あんかけハンバーグ(人参 ブロッコリー 鶏ひき肉 パン粉) すまし汁(人参 大根 玉ねぎ キャベツ)	軟飯 あんかけハンバーグ すまし汁	ミルク ビスケット
30	土	おかゆ そぼろ煮(人参 玉ねぎ じゃがいも ブロッコリー 鶏ひき肉)	軟飯 そぼろ煮	



味付けは、だし・しょうゆ・みそを使用しています。

