

曜日	5・6ヶ月(初期)		7・8か月(中期)		9～11か月(後期)		12～18か月(完了期)		完了期おやつ	
	ゴックン期 ドロドロ状		モグモグ期 舌でつぶせる固さ		カミカミ期 歯ぐきでつぶせる固さ		パクパク期 歯ぐきで噛める固さ		10時・3時	
月	27	かぶのペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 豆腐のそぼろ煮 かぶの和え物 ブロッコリースープ・おかゆ	じゃが芋スティック 豆腐のそぼろ煮 かぶの和え物 ブロッコリースープ・おかゆ	米 豚肉とピーマンの炒め物 温野菜サラダ すまし汁	幼児牛乳 赤ちゃんせんべい スキムミルク バターロール				
火	28	大根と人参のペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ほうれん草混ぜご飯 スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	にんじんスティック ほうれん草混ぜご飯 スティック胡瓜 高野豆腐の味噌汁	中華風混ぜご飯 スティック胡瓜 野菜たっぷり味噌汁	麦茶 ビスケット ヨーグルト せんべい				
水	29	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 肉じゃが・マカロニきなこ レタスのおかか和え スープ・おかゆ	胡瓜スティック 肉じゃが・マカロニきなこ レタスのおかか和え スープ・おかゆ	バーガーパン チキンのヨーグルトソース レタスとコーンのサラダ キャベツスープ	幼児牛乳 かんぱん ほうじ茶 こふきいも				
木	30	さつまいのペースト つぶしがゆ	さつまいスティック 白身魚とじゃが芋の煮物 ほうれん草のり和え 味噌汁・おかゆ	さつまいスティック 白身魚とじゃが芋の煮物 ほうれん草のり和え 味噌汁・おかゆ	米 鯖の照り焼き ほうれん草のり和え さつまいの煮物・果汁	ほうじ茶 サブレ 牛乳 ビスケット				
金	31	キャベツのペースト つぶしがゆ	にんじんスティック ささみと豆腐の煮物 キャベツの和え物 すまし汁・おかゆ	にんじんスティック ささみと豆腐の煮物 キャベツの和え物 すまし汁・おかゆ	食パン ささみソテー キャベツのマリネ チンゲン菜スープ・チーズ	ゼリー せんべい 牛乳 レーズンクッキー				
土	18	白菜のペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 白菜うどん 小松菜の和え物	じゃが芋スティック 白菜うどん 小松菜の和え物	あんかけうどん 小松菜の生姜和え	果汁 せんべい ゼリー ビスケット				
月	6	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	ブロッコリースティック マカロニのトマト煮 ポテトサラダ スープ・おかゆ	ブロッコリースティック マカロニのトマト煮 じゃがいものココロサラダ スープ・おかゆ	パン ツナスパゲティ マセドアンサラダ	牛乳 赤ちゃんせんべい スキムミルク 黒ゴマケーキ				
火	7	大根のペースト つぶしがゆ	大根スティック 煮込みうどん 白菜の和え物 みかん	大根スティック 煮込みうどん 白菜の胡麻和え みかん	豚汁うどん 白菜のツナ和え みかん	麦茶 赤ちゃんせんべい 牛乳 せんべい				
水	8	さつまいりんごマッシュ つぶしがゆ	りんごスティック そぼろ煮 さつまいきんとん 麩の味噌汁・おかゆ	りんごスティック 松風焼き さつまいきんとん 麩の味噌汁・おかゆ	米 松風焼き 紅白なます ぶどう豆・麦茶	果汁 カルシウムせんべい スキムミルク きんとん				
木	9	キャベツのペースト つぶしがゆ	胡瓜スティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの チンゲン菜スープ	胡瓜スティック 鶏すき丼 キャベツのあえもの チンゲン菜スープ	鶏すき丼 即席漬け かきたま汁	ヨーグルト 果汁 ビスケット				
金	10	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	じゃが芋スティック 肉団子のあんかけ ポパイサラダ わかめスープ・おかゆ	じゃが芋スティック 肉団子のあんかけ ポパイサラダ わかめスープ・おかゆ	米 肉団子あんかけ ポパイサラダ わかめスープ	ゼリー 牛乳 あんまん				
土	11	じゃが芋ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック 納豆そうめん 蒸しキャベツ こふきいも	にんじんスティック 納豆そうめん 蒸しキャベツ こふきいも	ハンバーグパン キャベツとコーンのサラダ 豆腐のスープ	牛乳 クラッカー 果汁 せんべい				

* 25日(土)発表会のため給食はありません。

【おせち離乳食】

今月の離乳食献立には、お正月にちなんでおせち料理をいれました。大人と同じおせちはまだ早いので赤ちゃん用にアレンジしたおせち離乳食を紹介します。

<松風焼き> 本来は挽肉に卵や調味料を入れ混ぜ、型にいれ上面に胡麻や青のりをかけて焼いたものです。

- ・豆腐 20g
- ・鶏挽肉 10g
- ・青のり 少々
- ・だし汁 大1

①材料をよく混ぜる。

②アルミホイルの上に平たく形を作りトースターで焼きます。

<さつまいもきんとん>

- ・りんご 15g
 - ・さつまいも 50g
- ①りんごは皮をむいて薄くスライスし柔らかくなるまで煮る。
②さつまいもは皮をむいてやわらかくゆでてつぶす。
③熱いうちにふたつを混ぜ合わせてラップで茶巾にする。

