

曜日	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	13	かぼちゃペースト つぶしがゆ	大根スティック	大根スティック	ほうとう風うどん	果汁 せんべい スキムミルク サブレ
	27		かぼちゃうどん 小松菜のおかか和え スティックきゅうり	かぼちゃうどん 小松菜のおかか和え スティックきゅうり	切り昆布の煮物 スティックきゅうり	
火	14	じゃがいもペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	米	ほうじ茶 せんべい 牛乳 ビスケット
	28		ひき肉とれんこんのそぼろ ポテト和え 味噌汁・おかゆ	ひき肉とれんこんのそぼろ ポテト和え 味噌汁・軟飯	れんこん肉団子 ひじきの中華和え チンゲン菜スープ	
水	1	ブロッコリーペースト つぶしがゆ	にんじんスティック	にんじんスティック	バーガーパン	果汁 あかちゃんせんべい いよかん サブレ
	15		豆腐ハンバーグ ブロッコリー和え 野菜スープ・おかゆ	豆腐ハンバーグ ブロッコリー和え 野菜スープ・軟飯	ハンバーグキノコソース ブロッコリーの和風サラダ ブッチンゼリー・乳酸菌飲料	
木	2	小松菜ペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	米	牛乳 ココナッツサブレ ゼリー しょうゆせんべい
	16		しらすあんかけごはん 小松菜ののりあえ そうめん汁	しらすあんかけごはん 小松菜ののりあえ そうめん汁	豚肉と春雨の炒め物 小松菜ののりあえ ほうじ茶	
金	3	大根ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック	にんじんスティック	イワシのかば焼き丼	ゼリー 牛乳 ジャムロールサンド
	17		白身魚と野菜の煮物 白菜の和え物 けんちん汁・おかゆ	白身魚と野菜の煮物 白菜の和え物 けんちん汁・軟飯	白菜のゆずサラダ けんちん汁	
土	4	じゃがいもペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	ぶどうぱん	果汁 ビスケット 牛乳 ウエハース
	18		小松菜とつなうどん ポテト納豆和え	小松菜とつなうどん ポテト納豆和え	きのこスパゲティ 小松菜のツナ和え	
月	6	さつまいもペースト つぶしがゆ	さつま芋スティック	さつま芋スティック	白菜のあんかけご飯	麦茶 カルシウムせん スキムミルク がんづき
	20		白菜あんかけご飯 さつま芋のひじき煮 すまし汁	白菜あんかけご飯 さつま芋のひじき煮 すまし汁	五目きんぴら ブルー 麦茶	
火	7	にんじんペースト つぶしがゆ	にんじんスティック	にんじんスティック	大豆いりミートソース	麦茶 野菜パー 果汁 あかちゃんせんべい
	21		マカロニとツナの煮物 きゅうりスティック トマトスープ・おかゆ	マカロニとツナの煮物 きゅうりスティック トマトスープ・軟飯	コーンサラダ ごはん 牛乳	
水	8	さつま芋ペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	食パン	ほうじ茶 ビスケット ヨーグルト和え クラッカー
	22		豆腐のみそ炒め 蒸し野菜さつまいも スープ・おかゆ	豆腐のみそ炒め 蒸し野菜さつまいも スープ・軟飯	豚肉のソテー 蒸し野菜 マカロニスープ	
木	9	ほうれん草ペースト つぶしがゆ	にんじんスティック	にんじんスティック	米	ヨーグルト ゼリー しるこサンド
	10		肉じゃが ポパイサラダ 味噌汁・きなこおかゆ	肉じゃが ポパイサラダ 味噌汁・きなこおにぎり	肉じゃが ほうれん草の生姜和え ふりかけ・果汁	
金	10	キャベツペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	食パン	麦茶 ぱりんこ ほうじ茶 おにぎり
	24		鶏肉と高野豆腐の煮物 キャベツしらす和え ブロッコリースープ・おかゆ	鶏肉と高野豆腐の煮物 キャベツしらす和え ブロッコリースープ・軟飯	鶏のレモン焼き キャベツのマリネ ブロッコリーのスープ	
土	25	じゃがいもペースト つぶしがゆ	きゅうりスティック	きゅうりスティック	ホットドッグ	果汁 ビスケット ヨーグルト ごませんべい
	25		あんかけうどん かぼちゃサラダ	あんかけうどん かぼちゃサラダ	織キャベツ 水菜のスープ	

*中期食後半から野菜スティックを提供していきます。

*献立は都合により変更になる場合があります。ご了承ください。

【はちみつを与えるのは1歳を過ぎてから】

- * 1歳未満の赤ちゃんがはちみつを食べることによって乳児ボツリヌス症にかかることがあります。
- * はちみつは1歳未満の赤ちゃんにリスクが高い食品です。
- * ボツリヌス菌は熱に強いので、通常の加熱や調理では死にません。

1歳未満の赤ちゃんにはちみつやはちみつ入りの飲料・お菓子などの食品は与えないようにしましょう。

