

		もぐもぐ(7・8ヶ月)	かみかみ(9～11ヶ月)	かみ食 おやつ
1	水	おかゆ 肉団子スープ(鶏ひき肉 パン粉 玉ねぎ にんじん 小松菜) やわらか煮(にんじん わかめ ブロッコリー)	軟飯 肉団子スープ やわらか煮	ミルク ビスケット
2	木	おかゆ やわらか煮(キャベツ にんじん きゅうり) クリームシチュー(にんじん 玉ねぎ じゃが芋 鶏肉 豆乳 米粉 チーズ)	軟飯 クリームシチュー やわらか煮	ミルク せんべい
7	火	おかゆ みそポトフ(にんじん 玉ねぎ じゃが芋 小松菜 鶏肉) しらす和え(しらす にんじん ブロッコリー)	軟飯 みそポトフ しらす和え	ミルク せんべい
8	水	おかゆ トマトスープ(にんじん 玉ねぎ じゃが芋 トマト 鶏肉) かぼちゃサラダ(きゅうり にんじん かぼちゃ チーズ)	軟飯 トマトスープ かぼちゃサラダ	ミルク せんべい
9	木	おかゆ ふのあんかけ煮(ふ にんじん 玉ねぎ キャベツ) やわらか煮(にんじん じゃが芋 ブロッコリー)	軟飯 ふのあんかけ煮 やわらか煮	ミルク スティックケーキ
10	金	おかゆ さつま芋のミルク煮(にんじん さつま芋 チーズ 豆乳 米粉) みそ汁(にんじん キャベツ 豆腐)	軟飯 さつま芋のミルク煮 みそ汁	ミルク ビスケット
11	土	おかゆ 野菜スープ(にんじん 玉ねぎ じゃが芋 ブロッコリー 鶏ひき肉)	軟飯 野菜スープ	
13	月	おかゆ ふの煮物(ふ にんじん 玉ねぎ わかめ 豆腐) しらすのあんかけ煮(しらす にんじん きゅうり)	軟飯 ふの煮物 しらすのあんかけ煮	ミルク ビスケット
14	火	おかゆ 野菜スープ(にんじん 玉ねぎ じゃが芋 ほうれん草 鶏肉) やわらか煮(ブロッコリー にんじん)	軟飯 野菜スープ やわらか煮	ミルク マフィン
15	水	おかゆ ふのあんかけ煮(ふ にんじん 玉ねぎ じゃが芋 いんげん) やわらか煮(キャベツ にんじん ブロッコリー 鶏肉)	軟飯 ふのあんかけ煮 やわらか煮	ミルク せんべい
16	木	おかゆ 豆腐のみそ汁(豆腐 にんじん じゃが芋) 魚のあんかけ煮(白身魚 にんじん きゅうり 玉ねぎ)	軟飯 豆腐のみそ汁 魚のあんかけ煮	ミルク ビスケット
17	金	おかゆ トマトスープ(トマト にんじん 玉ねぎ じゃが芋 キャベツ) 豆腐ハンバーグ(豆腐 鶏ひき肉 玉ねぎ パン粉 にんじん きゅうり)	軟飯 トマトスープ 豆腐ハンバーグ	ミルク せんべい
18	土	おかゆ 煮込みうどん(うどん にんじん チンゲン菜 ねぎ 鶏ひき肉)	軟飯 煮込みうどん	
20	月	おかゆ みそ汁(大根 にんじん ねぎ ふ) 野菜のあんかけ煮(にんじん 玉ねぎ さつま芋 キャベツ しらす わかめ)	軟飯 野菜のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
21	火	おかゆ マーボー豆腐(豆腐 鶏ひき肉 にんじん ねぎ ピーマン) かぼちゃさらだ(かぼちゃ にんじん きゅうり チーズ)	軟飯 マーボー豆腐 かぼちゃサラダ	ミルク せんべい
22	水	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 にんじん 玉ねぎ きゅうり) みそ汁(にんじん キャベツ じゃが芋 ねぎ)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク スティックケーキ
23	木	おかゆ みそ汁(にんじん 玉ねぎ わかめ さつま芋) 肉団子のあんかけ煮(とりひき肉 パン粉 にんじん 玉ねぎ ブロッコリー)	軟飯 肉団子のあんかけ煮 みそ汁	ミルク せんべい
24	金	おかゆ クリーム煮(にんじん 玉ねぎ キャベツ 鶏肉 豆乳 米粉) かぼちゃの煮物(かぼちゃ ふ)	軟飯 クリーム煮 かぼちゃの煮物	ミルク ビスケット
25	土	おかゆ 野菜スープ(にんじん 玉ねぎ キャベツ 鶏ひき肉)	軟飯 野菜スープ	
27	月	おかゆ 野菜スープ(にんじん 玉ねぎ キャベツ トマト 鶏肉) ポテトサラダ(じゃが芋 にんじん 玉ねぎ ブロッコリー チーズ)	軟飯 野菜スープ ポテトサラダ	ミルク せんべい
28	火	おかゆ 魚のみそ煮(白身魚 にんじん きゅうり 玉ねぎ) 五目汁(大根 にんじん ねぎ じゃが芋)	軟飯 魚のみそ煮 五目汁	ミルク せんべい
29	水	おかゆ 豆腐のあんかけ煮(にんじん 玉ねぎ 豆腐 小松菜 ふ) かぼちゃサラダ(かぼちゃ にんじん ブロッコリー チーズ)	軟飯 豆腐のあんかけ煮 かぼちゃサラダ	ミルク スティックケーキ
30	木	おかゆ しらすのあんかけ煮(しらす にんじん キャベツ) 肉団子スープ(鶏ひき肉 パン粉 にんじん 玉ねぎ ブロッコリー じゃが芋)	軟飯 しらすのあんかけ煮 肉団子スープ	ミルク ビスケット
31	金	おかゆ 魚のあんかけ煮(白身魚 にんじん きゅうり 玉ねぎ) みそ汁(にんじん 大根 ねぎ 豆腐)	軟飯 魚のあんかけ煮 みそ汁	ミルク マフィン

☆味付けは、だし、しょうゆ、みそを使用しています。