



# 2019年 6月 離乳食メニュー



		中期(モグモグ期) 7~8ヶ月	完了(パクパク期) 12~15ヶ月	完了おやつ
1	土	お粥 鶏とじゃがいもと人参煮	鶏とじゃがいもと人参の雑炊 豆腐の味噌汁	紫芋チップ
2	日			
3	月	お粥 しらすとかぼちゃとキャベツ煮	お粥 鰯と野菜煮 かぼちゃの味噌汁	赤ちゃんせんべい
4	火	お粥 カレイとたまねぎとじゃがいも煮	大豆入りお粥 豚と野菜のケチャップ煮 野菜のお汁	バナナ
5	水	お粥 しらすとたまねぎと人参煮 バナナ	お粥 鯖と野菜煮 チンゲン菜の味噌汁	かぼちゃ蒸しパン
6	木	しらすと人参・ほうれん草のうどん レバー オレンジ	鶏と野菜のうどん レバー オレンジ	そぼろおにぎり
7	金	お粥 カレイと玉ねぎとほうれん草煮 りんご	お粥 鶏と野菜のトマト煮 ほうれん草のお汁 りんご	豆乳お粥
8	土	お粥 豆腐とたまねぎと人参煮	牛肉と野菜の雑炊 豆腐の味噌汁	のりチップ
9	日			
10	月	お粥 しらすと小松菜とトマト煮	お粥 豚と小松菜煮 じゃがいも きのこの味噌汁	バナナ
11	火	お粥 しらすと春雨と人参煮 バナナ	お粥 鯖と春雨の野菜煮 小松菜の味噌汁 バナナ	紫芋チップ
12	水	お粥 カレイと大根と人参煮	お粥 ミンチと野菜煮 大根の味噌汁	赤ちゃんせんべい
13	木	お粥 鮭と人参とほうれん草煮	大豆入りお粥 鮭と人参煮 ほうれん草のお汁	のりチップ
14	金	お粥 しらすとキャベツと大根煮 オレンジ	お粥 鶏と野菜煮 えのきのお汁 オレンジ	紫芋チップ
15	土	お粥 鶏とトマトとキャベツ煮	お粥 鶏と野菜のケチャップ煮 キャベツのお汁	赤ちゃんせんべい
16	日			
17	月	お粥 しらすと人参とほうれん草煮	炊きこみごはん 鯖とほうれん草煮 なめこの味噌汁	バナナ
18	火	お粥 ささみとたまねぎと人参煮 豆腐	お粥 厚揚げとミンチの野菜煮 豆腐のお汁	のりチップ
19	水	しらすと人参とたまねぎのうどん じゃがいも バナナ	豚と野菜のうどん じゃがいも バナナ	しらすおにぎり
20	木	お粥 カレイとたまねぎとかぼちゃ煮	お粥 カレイと野菜煮 かぼちゃの味噌汁	ふのラスク
21	金	お粥 しらすとたまねぎと人参煮 オレンジ	お粥 豚と野菜煮 切り干し大根の味噌汁 オレンジ	にんじんおにぎり
22	土	お粥 カレイと人参と白菜煮	豚と野菜の雑炊 えのきの味噌汁	のりチップ
23	日			
24	月	お粥 しらすと人参とブロッコリー煮 オレンジ	赤飯 豆腐ハンバーグ 野菜のお汁 オレンジ	パンケーキ
25	火	お粥 鮭と人参とじゃが芋煮	お粥 鮭とじゃが芋煮 豚汁	赤ちゃんせんべい
26	水	お粥 ささみとにんじんとさつまいも煮	お粥 ささみと野菜煮 さつまいも 大豆のお汁	のりチップ
27	木	お粥 カレイと人参と大根煮 バナナ	お粥 鯖と人参煮 根菜の味噌汁	ほうれん草パンケーキ
28	金	弁当日	弁当日	カリポテト
29	土	お粥 豆腐と人参とほうれん草煮	鮭と野菜の雑炊 たまねぎの味噌汁	紫芋チップ
30	日			