



2021年5月 離乳食メニュー



		初期(ごっくん期) 6ヶ月	中期(モグモグ期) 7~8ヶ月	後期・完了(カミカミ・パクパク期) 9~15ヶ月	完了おやつ
1	土	お粥 豆腐と人参・じゃがいも	お粥 豆腐と人参・じゃがいも	お粥 豚と野菜煮 豆腐の味噌汁	赤ちゃんせんべい
2	日				
3	月				
4	火				
5	水				
6	木	お粥 しらすと人参・じゃがいも	お粥 しらすと人参・じゃがいも チンゲン菜のお汁	お粥 肉じゃが 野菜のお汁	おにぎり
7	金	お粥 カレイと人参・トマト	お粥 鮭と人参・トマト わかめのお汁	お粥 鮭の野菜煮 わかめの味噌汁	野菜焼き
8	土	お粥 豆腐と人参・小松菜	お粥 鶏と人参・小松菜	豚と野菜の雑炊 小松菜の味噌汁	紫芋チップ
9	日				
10	月	お粥 しらすとほうれん草・じゃがいも	お粥 しらすとほうれん草・じゃがいも えのきのお汁	お粥 鯖の野菜煮 えのきのお汁	野菜焼き
11	火	お粥 カレイと人参・ほうれん草 パナナ	お粥 カレイと人参・ほうれん草 パナナ	お粥 ミンチと野菜煮 野菜の味噌汁	おにぎり
12	水	お粥 しらすと人参・ほうれん草	お粥 しらすと人参・ほうれん草	お粥 鯖の野菜煮 野菜のお汁	バナナ
13	木	しらすと人参・小松菜のうどん かぼちゃ	しらすと人参・小松菜のうどん レバー	豚と野菜のうどん レバー	おにぎり
14	金	お粥 カレイとじゃがいも・ほうれん草 パナナ	お粥 カレイとじゃがいも・ほうれん草 パナナ	お粥 豚と野菜煮 豆腐の味噌汁 パナナ	おにぎり
15	土	お粥 しらすとじゃがいも・かぼちゃ	お粥 しらすとじゃがいも・かぼちゃ	お粥 ミンチと野菜煮 かぼちゃの味噌汁	赤ちゃんせんべい
16	日				
17	月	お粥 カレイと人参・小松菜	お粥 カレイと人参・小松菜 豆腐のお汁	お粥 鱈の野菜煮 小松菜の味噌汁	おにぎり
18	火	お粥 豆腐とほうれん草・キャベツ オレンジ	お粥 鶏とほうれん草・人参 オレンジ	お粥 鶏の野菜煮 キャベツのみそ汁 オレンジ	蒸しパン
19	水	お粥 豆腐と人参・小松菜 パナナ	お粥 鮭と人参・小松菜 豆腐のお汁 パナナ	お粥 鮭の野菜煮 豆腐の味噌汁 パナナ	おにぎり
20	木	お粥 しらすと人参・ブロッコリー	お粥 鶏と人参・ブロッコリー 野菜のお汁	お粥 鶏の野菜煮 豚汁	ホットケーキ
21	金	お粥 カレイと人参・ほうれん草 ブロッコリー	お粥 カレイと人参・ほうれん草 豆腐のお汁	お粥 牛の野菜煮 豆腐のお汁	グリーンホットケーキ
22	土	お粥 しらすと人参・トマト オレンジ	お粥 しらすと人参・トマト オレンジ	お粥 牛の野菜煮 オレンジ	紫芋チップ
23	日				
24	月	お粥 カレイとかぼちゃ・ほうれん草 オレンジ	お粥 カレイとかぼちゃ・ほうれん草 オレンジ	お粥 鯖の野菜煮 ぶた汁 オレンジ	おにぎり
25	火	お粥 しらすとかぼちゃ・ブロッコリー	お粥 鶏と人参・ブロッコリー かぼちゃのお汁	お粥 鶏の野菜煮 かぼちゃの味噌汁	バナナホットケーキ
26	水	ベビーフード	ベビーフード	お弁当	赤ちゃんせんべい
27	木	お粥 カレイと人参・小松菜	お粥 カレイと人参・小松菜	お粥 鱈の野菜煮 小松菜の味噌汁	おにぎり
28	金	しらすとトマト・ほうれん草のうどん パナナ	しらすとトマト・ほうれん草のうどん パナナ	お粥 ミンチと野菜のうどん じゃがいも パナナ	おにぎり
29	土	お粥 しらすとかぼちゃ・ほうれん草	お粥 しらすとかぼちゃ・ほうれん草 わかめのお汁	鶏と野菜の雑炊 わかめの味噌汁	紫芋チップ
30	日				