



		初期	中期			
日	曜	お昼	お昼	午後	お昼	午後
2	月		お粥 スープ 鶏そぼろと人参のだし煮 キャベツのだし煮	じゃが芋おじや		
3	火		お粥 スープ しらすとほうれん草のだし煮 人参のだし煮	キャベツおじや		
4	水		お粥 スープ お麩と小松菜のだし煮 さつま芋のだし煮	人参おじや		
5	木		お粥 スープ 鶏ささみと人参のだし煮 じゃが芋のだし煮	玉ねぎおじや		
6	金		お粥 スープ かれいと小松菜のだし煮 大根のだし煮	きな粉おじや		
9	月		お粥 スープ しらすと玉ねぎのだし煮 人参のだし煮	白菜おじや		
10	火		お粥 スープ 高野豆腐と小松菜のだし煮 さつま芋のだし煮	かぼちゃおじや		
11	水		お粥 スープ 鶏ささみとほうれん草のだし煮 じゃが芋のだし煮	大根おじや		
12	木		お粥 スープ かれいとキャベツのだし煮 人参のだし煮	玉ねぎおじや		
13	金		お粥 スープ 豆腐と小松菜のだし煮 かぼちゃのだし煮	人参おじや ヨーグルト		
16	月		お粥 スープ 高野豆腐と人参のだし煮 大根のだし煮	じゃが芋おじや		
17	火		お粥 スープ お麩とキャベツのだし煮 人参のだし煮	大根おじや		
18	水		お粥 スープ しらすと小松菜のだし煮 かぶのだし煮	白菜おじや		
19	木		お粥 スープ 鶏そぼろと人参のだし煮 大根のだし煮	白菜おじや		
20	金		お粥 スープ かれいと白菜のだし煮 小松菜のだし煮	きな粉おじや		
23	月		お粥 スープ かれいとキャベツのだし煮 かぼちゃのだし煮	人参おじや		
24	火		お粥 スープ 豆腐と白菜のだし煮 ほうれん草のだし煮	さつま芋おじや		
25	水		お粥 スープ お麩と人参のだし煮 じゃが芋のだし煮	ブロッコリーおじや		
26	木		お粥 スープ 鶏そぼろとキャベツのだし煮 大根のだし煮	白菜おじや		
27	金		鶏ささみと野菜入りたくたうどん さつま芋のだし煮	小松菜おじや		

初期のポイント

中期のポイント

のポイント

栄養的な配慮が必要になってくる時期です。
 食品の種類を増やすとともに、エネルギー源(粥類)・たんぱく質源(魚・肉・豆腐など)・ビタミンやミネラル源を上手に組み合わせさせていただきます。いろいろな食品に慣れていきましょう。