

## ☆☆ 7月 離乳食 中期☆☆

	日	月	火	水	木	金	土
昼食					1 ミルクパン粥 コーン和え	2 お粥 マッシュポテト	3 お粥 かぼちゃ和え
					キャベツ もやし にんじん コーン	じゃがいも にんじん チンゲン菜	ほうれん草 大根 かぼちゃ
おやつ					バナナ	りんご	ベビーせんべい
昼食	4 ミルクパン粥 トマト和え	5 お粥 かぼちゃのマッシュ	6 お粥 豆腐とろとろ	7 お粥 野菜とろとろ	8 お粥 だし和え	9 お粥 しらす和え	10 お粥 野菜とろとろ
	レタス たまねぎ トマト	かぼちゃ キャベツ たまねぎ	ほうれん草 にんじん 豆腐	ブロッコリー コーン にんじん	もやし にんじん かぼちゃ 昆布だし	いんげん たまねぎ しらす	ほうれん草 にんじん 玉ねぎ
おやつ	青菜のおにぎり	たまごボーロ	ベビーせんべい	りんご	ウエハース	バナナ	オレンジ
昼食	11 ミルクパン粥 コーン和え	12 お粥 おろし和え	13 お粥 バナナ和え	14 お粥 野菜うどん	15 ミルクパン粥 豆腐和え	16 お粥 野菜のだし和え	17 お粥 かぼちゃマッシュ
	ほうれん草 たまねぎ にんじん コーン	こまつな きゅうり 大根	きゅうり にんじん バナナ	トマト もやし うどん	ほうれん草 コーン 豆腐	ブロッコリー 玉ねぎ にんじん 昆布だし	かぼちゃ いんげん にんじん
おやつ	ベビーせんべい	りんご	たまごボーロ	ベビーせんべい	ベビーせんべい	たまごボーロ	ふかしもち
昼食	18 お粥 野菜とろとろ	19 お粥 トマト和え	20 お粥 おろし和え	21 お粥 野菜あえ	22 ミルクパン粥 コーンポテト	23 お粥 しらす和え	24 お粥 だし和え
	キャベツ にんじん きゅうり 豆腐	ブロッコリー トマト 玉ねぎ	だいこん にんじん きゅうり	ブロッコリー かぼちゃ もやし	じゃがいも ほうれん草 コーン	こまつな にんじん しらす	じゃがいも 玉ねぎ にんじん 昆布だし
おやつ	ベビーせんべい	りんご	バナナ	ウエハース	たまごボーロ	ベビーせんべい	オレンジ
昼食	25 お粥 おろし和え	26 お粥 おいもマッシュ	27 お粥 トマト和え	28 お粥 野菜の豆腐和え	29 ミルクパン粥 りんご和え	30 お粥 かぼちゃ和え	31 お粥 だし和え
	大根 ほうれん草 もやし	さつまいも キャベツ にんじん	きゅうり だいこん トマト	ほうれん草 人参 豆腐 昆布だし	ブロッコリー コーン りんご	かぼちゃ 玉ねぎ にんじん	みずな にんじん たまねぎ 昆布だし
おやつ	きな粉マカロニ	ベビーせんべい	たまごボーロ	バナナ	たまごボーロ	オレンジ	バナナ