


月	火	水	木	金	土
				1 全粥 とり肉のヨーグルトサラダ キャベツのポターージュ	2 全粥 白あえ じゃがいものとろとろ汁
4 全粥 豆腐のそぼろあんかけ キャベツと胡瓜のだし煮	5 全粥 豆腐の人参おろし煮 そつめん汁	6 全粥 豆腐ツナあんかけ 胡瓜と大根のおろし和え	7 全粥 白身魚と野菜煮 ホウレン草と人参煮	8 全粥 魚の煮付け キャベツのスープ煮	9 全粥 豆腐の人参おろし煮 野菜煮
11 建国記念の日	12 全粥 魚の野菜煮 トマトと玉葱のスープ	13 全粥 魚の煮付け にんじんの白和え	14 全粥 白身魚のおろし煮 人参とキャベツのスープ	15 トマト粥 鮭のほぐし煮 じゃがいもと人参煮	16 全粥 豆腐とキャベツのだし煮 マッシュバナナ
18 全粥 豆腐のだし煮 人参と玉葱煮	19 全粥 魚のあんかけ ちんげん菜のだし煮	20 全粥 白身魚煮 かぼちゃのオレンジ煮	21 おべんとう	22 全粥 鮭とジャガイモ煮 胡瓜煮	23 人参粥 豆腐ペースト 青菜のだし煮
25 全粥 豆腐と小松菜のだし煮 きゅうりのすり流し	26 全粥 魚と玉ねぎ煮 ポテトにんじんマッシュ	27 全粥 豆腐の野菜煮 人参とキャベツのすり流し	28 全粥 豆腐と玉ねぎのだし煮 人参のオレンジ煮		
	<p>7~8か月の離乳食</p> <p>この時期は、舌を上下に動かしてやわらかいかたまりを上のおごにおしつけてつぶしながら食べる練習をします。</p> <p>離乳食の回数が1日2回になり、食べられる素材も増えていきますが、食べる量は個人差があります。食べる量は赤ちゃんのペースに合わせてあげましょう。</p>				