

月 名前		第 4 週		
週		第 4 週		
日		3日～8日		
月齢		(10ヶ月4週)		
離乳時期・調理形態		10か月食		
ミルク	午 前	100		
	午 後	100		
主食	おもゆ			
	つぶしがゆ			
	おかゆ	90		
	軟 飯			
副食	スープ(味付なし)			
	スープ又は汁物(薄め)		80 (薄め)	
	野菜・芋類	形 態	一部スティック	
		量	100	
	たんぱく質源食品	豆腐	土	40
		白・赤身魚		白赤15
		納豆		20
		卵黄・全卵		全卵20
		ささみ	木	鶏肉15
		麩		戻して20
		水	豚肉15	
10か月食		○		
11か月食				
備考欄				

月 名前		第 週		
週		第 週		
日		日～ 日		
月齢		(ヶ月 週)		
離乳時期・調理形態				
ミルク	午 前			
	午 後			
主食	おもゆ			
	つぶしがゆ			
	おかゆ			
	軟 飯			
副食	スープ(味付なし)			
	スープ又は汁物(薄め)			
	野菜・芋類	形 態		
		量		
	たんぱく質源食品	豆腐		
		白・赤身魚		
		納豆		
		卵黄・全卵		
		ささみ		
		麩		
10か月食				
11か月食				
備考欄				

月 名前		第 週		
週		第 週		
日		日～ 日		
月齢		(ヶ月 週)		
離乳時期・調理形態				
ミルク	午 前			
	午 後			
主食	おもゆ			
	つぶしがゆ			
	おかゆ			
	軟 飯			
副食	スープ(味付なし)			
	スープ又は汁物(薄め)			
	野菜・芋類	形 態		
		量		
	たんぱく質源食品	豆腐		
		白・赤身魚		
		納豆		
		卵黄・全卵		
		ささみ		
		麩		
10か月食				
11か月食				
備考欄				