

離乳食カレンダー 2カ月目 (前半)

硬さ：ぽってりとしたペースト状



1日目 (1回目)	2日目 (1回目)	3日目 (1回目)	4日目 (1回目)	5日目 (1回目)	6日目 (1回目)	7日目 (1回目)
10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	※足りない場合は10倍がゆで補う パンがゆ 小さじ 1/4	※足りない場合は10倍がゆで補う パンがゆ 小さじ 1
トマト/小さじ 2 とうもろこし/小さじ 2	ほうれん草/小さじ 3 キャベツ/小さじ 1	トマト/小さじ 2 キャベツ/小さじ 2	ほうれん草/小さじ 3 バナナ/小さじ 1	にんじん/小さじ 2 とうもろこし/小さじ 2	にんじん/小さじ 2 ブロッコリー/小さじ 2	ほうれん草/小さじ 3 バナナ/小さじ 1
豆腐 小さじ 1	白身魚 小さじ 1	しらす干し 小さじ 1	しらす干し 小さじ 1	プレーンヨーグルト 小さじ 1/4	豆腐 小さじ 1	白身魚 小さじ 1
1日目 (2回目)	2日目 (2回目)	3日目 (2回目)	4日目 (2回目)	5日目 (2回目)	6日目 (2回目)	7日目 (2回目)
10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6
にんじん/小さじ 3 ほうれん草/小さじ 1	トマト/小さじ 2 とうもろこし/小さじ 2	かぼちゃ/小さじ 3 ブロッコリー/小さじ 1	かぼちゃ/小さじ 3 バナナ/小さじ 1	とまと/小さじ 2 とうもろこし/小さじ 2	かぼちゃ/小さじ 2 キャベツ/小さじ 2	キャベツ/小さじ 2 ブロッコリー/小さじ 2
白身魚 小さじ 1	豆腐 小さじ 1	白身魚 小さじ 1	豆腐 小さじ 1	プレーンヨーグルト 小さじ 1	しらす干し 小さじ 1	しらす干し 小さじ 1
8日目 (1回目)	9日目 (1回目)	10日目 (1回目)	11日目 (1回目)	12日目 (1回目)	13日目 (1回目)	14日目 (1回目)
※足りない場合は10倍がゆで補う パンがゆ 小さじ 2	※足りない場合は10倍がゆで補う パンがゆ 小さじ 3	※足りない場合は10倍がゆで補う パンがゆ 小さじ 4	パンがゆ 小さじ 5	※足りない場合は10倍がゆで補う うどん 小さじ 1/4	※足りない場合は10倍がゆで補う うどん 小さじ 1	※足りない場合は10倍がゆで補う うどん 小さじ 2
にんじん/小さじ 3 りんご/小さじ 1	キャベツ/小さじ 2 バナナ/小さじ 2	かぼちゃ/小さじ 3 きゅうり/小さじ 1	とまと/小さじ 3 白菜/小さじ 1	かぼちゃ/小さじ 2 きゅうり/小さじ 2	白菜/小さじ 3 大根/小さじ 1	にんじん/小さじ 3 ほうれん草/小さじ 1
しらす干し 小さじ 2	かたゆで卵 (黄身) 小さじ 1/4	かたゆで卵 (黄身) 小さじ 2	かたゆで卵 (黄身) 小さじ 2	豆腐 小さじ 2	しらす干し 小さじ 2	かたゆで卵 (黄身) 小さじ 2
8日目 (2回目)	9日目 (2回目)	10日目 (2回目)	11日目 (2回目)	12日目 (2回目)	13日目 (2回目)	14日目 (2回目)
10倍がゆ 小さじ 5~6	10倍がゆ 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	そうめん 小さじ 5~6	パンがゆ 小さじ 5~6	パンがゆ 小さじ 5~6
ほうれん草/小さじ 2 りんご/小さじ 2	にんじん/小さじ 3 キャベツ/小さじ 1	ほうれん草/小さじ 2 きゅうり/小さじ 2	にんじん/小さじ 2 白菜/小さじ 2	バナナ/小さじ 2 きゅうり/小さじ 2	ほうれん草/小さじ 2 大根/小さじ 2	りんご/小さじ 3 かぼちゃ/小さじ 1
豆腐 小さじ 2	かたゆで卵 (黄身) 小さじ 1	白身魚 小さじ 2	白身魚 小さじ 2	豆腐 小さじ 2	しらす干し 小さじ 2	プレーンヨーグルト 小さじ 2