

離乳食曜日		昼		夕	昼		夕	昼		夕	昼		夕	使用食材一覧
		使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧
1	金	かゆ 助宗タラとさつま芋のほかぶと人参のだし煮 フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・かぶ・人参・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたキャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとさつま芋のほかぶと人参のだし煮 フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・かぶ・人参・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたキャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト かぶ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・さつま芋・かぶ・人参・りんご	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ	
2	土	かゆ 鶏肉とじゃが芋のやわらか白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・チンゲン菜・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃとれんこんのほスープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・れんこん・なす・醤油	かゆ 鶏肉とじゃが芋のやわらか白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・かぶ・人参・りんご	かゆ 鶏肉と豆腐のみそ煮 かぼちゃのほっこり煮 スープ	おかゆ・鶏肉・豆腐・出し汁・味噌・片栗粉・かぼちゃ・なす・醤油	かゆペースト じゃが芋ペースト 白菜ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・白菜・人参・チンゲン菜	かゆペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・かぼちゃ	
3	日	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳キャベツと人参のだし煮 スープ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・キャベツ・人参・出し汁・さつま芋・ワカメ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと大根のしらすのみそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・大根・しらす干し・花ふ・味噌	かゆ 高野豆腐と玉ねぎの豆乳キャベツと人参のだし煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・かぶ・人参・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトと大根のしらすのみそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・大根・しらす干し・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・さつま芋	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト トマト・大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・トマト・大根	
4	月	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりのサラダ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・れんこん・白菜・オレンジ	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の豆腐と野菜のコトコト煮 すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油・りんご	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の豆腐と野菜のコトコト煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・白菜・オレンジ	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の豆腐と野菜のコトコト煮 すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・味噌・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・醤油・りんご	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 白菜ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト・りんご	おかゆ・チンゲン菜・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・りんご	
5	火	かゆ 助宗タラとほうれん草のキャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・キャベツ・人参・花ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぶ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆ 助宗タラとほうれん草のキャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・キャベツ・人参・花ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のマッシュ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・かぶ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆペースト ほうれん草ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎ・かぶ・小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・小松菜・さつま芋・人参	
6	水	かゆ コトコト鶏うどん かぼちゃのとりみ煮	うどん・鶏肉・大根・人参・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉	かゆ 白糸タラと玉ねぎのトマト白菜サラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	かゆ コトコト鶏うどん かぼちゃのとりみ煮	うどん・鶏肉・大根・人参・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・片栗粉	かゆ 白糸タラと玉ねぎのトマト白菜サラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・白菜・じゃが芋・出し汁・味噌・オレンジ	うどんペースト 大根・人参・豆腐ペースト かぼちゃペースト	うどん・大根・人参・豆腐・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・トマト・白菜・じゃが芋・オレンジ	
7	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし小松菜と人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・小松菜・人参・かぶ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくたなすとれんこんのやわらかみそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・なす・れんこん・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし小松菜と人参のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・小松菜・人参・かぶ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくたなすとれんこんのやわらかみそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・なす・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・かぶ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉ねぎ	
8	金	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・大根・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・きゅうり・ほうれん草・ソーメン・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・しらす干し・大根・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト・バナナ	おかゆ・キャベツ・人参・玉ねぎ・大根・バナナ	
9	土	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた人参の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 じゃが芋と人参のとりみ煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・じゃが芋・人参・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた人参の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・白菜・味噌	かゆペースト トマトペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・じゃが芋・人参・玉ねぎ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・白菜	
10	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のくたくたみそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・豆腐・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のくたくたみそ汁・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のくたくたみそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・豆腐・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・豆腐	
11	月	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の玉ねぎとれんこんのだし みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・れんこん・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋ときゅうりのスープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・人参	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・白菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋ときゅうりのスープ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・きゅうり・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト・フルーツ	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・白菜・オレンジ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・さつま芋・人参	
12	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらかかぶのワカメサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐	かゆ 助宗タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりみ煮 すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・味噌・キャベツ・片栗粉・大根・醤油・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりみ煮 すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・ワカメ・豆腐	かゆ 助宗タラと野菜のみそ煮 キャベツのとりみ煮 すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・出し汁・味噌・キャベツ・片栗粉・大根・醤油・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草・人参・キャベツペースト 大根ペースト・りんご	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・さつま芋・人参・キャベツ・大根・りんご	
13	水	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・もやし・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・人参・なす・味噌	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく白菜と人参のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参	かゆペースト じゃが芋ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・白菜・人参	
14	木	かゆ 鶏肉とほうれん草のとりみ煮 かぼちゃと玉ねぎのマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだしチンゲン菜と人参のやわらかみそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだしチンゲン菜と人参のやわらかみそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだしチンゲン菜と人参のやわらかみそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・チンゲン菜・人参・豆腐・味噌	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・かぼちゃ・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・豆腐	
15	金	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・人参・出し汁・きゅうり・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたキャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 きゅうりサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・人参・出し汁・きゅうり・りんご	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたキャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト かぶペースト 人参ペースト りんごペースト	おかゆ・かぶ・人参・りんご	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ	

