

離乳食曜日	1月												
	後期 (9~11ヶ月)						中期 (7~8ヶ月)			初期 (5~6ヶ月)			
	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	
1	水	かゆ 鶏肉と野菜ののり煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・なす・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたかぶと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜ののり煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・なす・味噌	かゆ 白糸タラと小松菜のくたかぶと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・大根・人参	かゆペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ
2	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のじゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 冬瓜と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・冬瓜・人参・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜のじゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 冬瓜と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・冬瓜・人参・花ふ・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参
3	金	かゆ 鶏肉と玉ねぎののり煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・小松菜・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎののり煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・小松菜・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・かぶ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト かぼちゃペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・かぼちゃ
4	土	かゆ 白糸タラとほうれん草の 高野豆腐と野菜ののり煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・高野豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌	かゆ 白糸タラとほうれん草の 高野豆腐と野菜ののり煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・高野豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌	かゆペースト かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・白菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 人参ペースト じゃが芋・大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋・大根
5	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・人参・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・人参・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト カリフラワー・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・カリフラワー・人参・かぶ	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参
6	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 高野豆腐と玉ねぎののり ほうれん草と人参のサ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参・白菜・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 高野豆腐と玉ねぎののり ほうれん草と人参のサ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参・白菜・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・かぼちゃ・大根・人参・玉ねぎ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜
7	火	かゆ たくたく鶏うどん じゃが芋とブロッコリー みそ汁	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆ たくたく鶏うどん じゃが芋とブロッコリー みそ汁	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋・ブロッコリーペースト チンゲン菜ペースト	うどん・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・小松菜・かぶ
8	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎののり ほうれん草と人参のくた スープ・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・もやし・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎののり ほうれん草と人参のくた スープ・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・豆腐・バナナ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・白菜・人参・大根
9	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 トマトサラダ スープ・フルーツ (みか ん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・かぼちゃ・なす・出し汁・醤油・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサ スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 トマトサラダ スープ・フルーツ (みか ん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・かぼちゃ・なす・出し汁・醤油・みかん	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・かぶペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・チンゲン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト トマトペースト かぼちゃペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・トマト・かぼちゃ・みかん
10	金	かゆ 鶏肉と冬野菜のくたくた きゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐とほうれん草のコ さつま芋のマッシュ	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 鶏肉と冬野菜のくたくた きゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・焼ふ・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐とほうれん草のコ さつま芋のマッシュ	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・白菜・人参	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋
11	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・大根・小松菜・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぶと人参ののり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・大根・小松菜・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぶと人参ののり煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根・小松菜	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぶ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぶ・人参・キャベツ
12	日	かゆ 助宗タラと野菜のトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・さつま芋	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・豆腐
13	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ	かゆ 助宗タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか スープ・フルーツ (りん ご)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ	かゆ 助宗タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか スープ・フルーツ (りん ご)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油・りんご	かゆペースト かぼちゃ・チンゲン菜 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト・りんご	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・かぶ・りんご
14	火	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ブロッコリーと人参のサ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・ブロッコリー・人参・じゃが芋・焼ふ・醤油	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 ブロッコリーと人参のサ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・ブロッコリー・人参・じゃが芋・焼ふ・醤油	かゆペースト さつま芋ペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・さつま芋・キャベツ・人参・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋
15	水	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・ソーメン・醤油	かゆ 白糸タラと小松菜のくた かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・ソーメン・醤油	かゆ 白糸タラと小松菜のくた かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・大根・人参	かゆペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト・フル	おかゆ・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ・オレンジ

離乳食曜日	後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)				
	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	
16	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (みか)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌・みかん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (みか)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌・みかん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ・みかん	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・さつま芋・人参
17	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツともやしのやわ みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・片栗粉・小松菜・かぶ・出し汁・味噌	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・もやし・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツともやしのやわ みそ汁・フルーツ (バナ	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・片栗粉・小松菜・かぶ・出し汁・味噌	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・小松菜・かぶ	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・バナ	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・バナナ
18	土	かゆ 白糸タラとほうれん草の 豆腐と野菜のとろみ煮 みそ汁・フルーツ (オレ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌	かゆ 白糸タラとほうれん草の 豆腐と野菜のとろみ煮 みそ汁・フルーツ (オレ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・白菜・人参ペース フルーツ (オレンジ)	おかゆ・ほうれん草・豆腐・白菜・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペ 人参ペースト じゃが芋・大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋・大根
19	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	おかゆ・スケソウタラ・人参・味噌・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	おかゆ・スケソウタラ・人参・味噌・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト さつま芋・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さつま芋・人参・かぶ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参
20	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろとろ ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・りんご	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参・白菜・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん	かゆ 豆腐と玉ねぎのとろとろ ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・りんご	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ほうれん草・人参・白菜・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんご	おかゆ・かぼちゃ・大根・人参・玉ねぎ・りんご	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース 白菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜
21	火	かゆ たくたく鶏うどん じゃが芋とブロッコリー みそ汁	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のたくたく煮 みそ汁・フルーツ (オレ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 小松菜のたくたく煮 みそ汁・フルーツ (オレ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜・味噌	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌・オレンジ	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 じゃが芋・ブロッコリー チンゲン菜ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・ブロッコリー・チンゲン菜	かゆペースト 人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト・フルーツ	おかゆ・人参・小松菜・かぶ・オレンジ
22	水	かゆ 白糸タラと玉ねぎのとろ ほうれん草と人参のくた スープ・フルーツ (バナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	おかゆ・鶏肉・白菜・もやし・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと玉ねぎのとろ ほうれん草と人参のくた スープ・フルーツ (バナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん草・人参・豆腐・ワカメ・醤油・バナナ	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース 豆腐ペースト・バナナペ	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・豆腐・バナナ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・白菜・人参・大根
23	木	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・ヨーグルト	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 トマトサラダ スープ・フルーツ (みか	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・かぼちゃ・なす・出し汁・醤油・みかん	かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 トマトサラダ スープ・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 キャベツとかぶのサラダ スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・トマト・かぼちゃ・なす・出し汁・醤油・みかん	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・チンゲン菜・ヨーグルト	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・かぶペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・チンゲン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト トマトペースト かぼちゃペースト・フル	おかゆ・玉ねぎ・トマト・かぼちゃ・みかん
24	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりのサラダ フルーツ (バナナ)	かゆ 豆腐とほうれん草のコ きゅうりのマッシュ	おかゆ・鶏肉・白菜・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 豆腐とほうれん草のコ きゅうりのマッシュ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペース さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋
25	土	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぶと人参のとろとろ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・大根・小松菜・醤油	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぶと人参のとろとろ煮 すまし汁	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根・小松菜	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぶ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぶ・人参・キャベツ
26	日	かゆ 助宗タラと野菜のトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・水・精製塩・さつま芋・出し汁・花ふ・味噌	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・ワカメ・味噌	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・カットマトパック・さつま芋	かゆペースト ほうれん草・人参ペース じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・豆腐
27	月	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ フルーツ (オレンジ)	かゆ 助宗タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか スープ	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・玉ねぎ・人参・かぶ・醤油	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ	かゆペースト かぼちゃ・チンゲン菜ペ 人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・かぶ
28	火	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 白菜とトマトのサラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌・りんご	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・白菜・トマト・じゃが芋・焼ふ・醤油	かゆ 助宗タラとさつま芋のほ キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 白菜とトマトのサラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・さつま芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌・りんご	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト・りんごペ	おかゆ・さつま芋・キャベツ・人参・豆腐・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・トマトペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・トマト・じゃが芋
29	水	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	かゆ 白糸タラと小松菜のくた かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・人参・なす・味噌	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	かゆ 白糸タラと小松菜のくた かぶと人参のだし煮 みそ汁	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぶ・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペ 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・大根・人参	かゆペースト 小松菜ペースト かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ・オレンジ
30	木	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (みか)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌・みかん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (みか)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌・みかん	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・花ふ・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ・みかん	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト さつま芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・さつま芋・人参
31	金	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツともやしのやわ みそ汁・フルーツ (バナ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・片栗粉・小松菜・かぶ・出し汁・味噌	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・もやし・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 キャベツともやしのやわ みそ汁・フルーツ (バナ	かゆ 鶏肉のとろとろトマト煮 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・もやし・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・小松菜・かぶ	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・バナ	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・バナナ