

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	
1	土	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のしら みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参・しらす干し・れんこ ん・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・きゅ うり・人参・さつま芋・出し 汁・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のしら みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参・しらす干し	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・きゅ うり・人参・さつま芋・出し 汁・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペース	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほう れん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 参・さつま芋
2	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし じゃが芋ののろみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・じゃが芋・片栗 粉・かぶ・焼ふ・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・キ ャベツ・人参・味噌・ソーメン	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし じゃが芋ののろみ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・じゃが芋・片栗 粉・かぶ・焼ふ・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲ ン菜・出し汁・砂糖・醤油・キ ャベツ・人参・味噌・ソーメン	かゆペースト 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・ かぶ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・チンゲン キャベツ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チン ゲン菜・キャベツ・人参
3	月	かゆ 鶏肉と野菜ののろみ煮 きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醬 油・片栗粉・きゅうり・かぼち ゃ・ワカメ・味噌・りんご	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 大根とトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・大根・トマト・ほうれ ん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜ののろみ煮 きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・人参・出し汁・砂糖・醬 油・片栗粉・きゅうり・かぼち ゃ・ワカメ・味噌・りんご	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 大根とトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・大根・トマト・ほうれ ん草・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜・人参ペ かぼちゃペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人 参・かぼちゃ・りんご	かゆペースト 人参ペースト 大根・トマトペースト ほうれん草ペースト・フ	おかゆ・人参・大根・トマ ト・ほうれん草・オレンジ
4	火	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 じゃが芋と人参のマッ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・ 出し汁・じゃが芋・人参・キャ ベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 人参とれんこんのやわら みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・人参・れんこん・ 花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 じゃが芋と人参のマッ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・ 出し汁・じゃが芋・人参・キャ ベツ・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・人参・花ふ・味噌	かゆペースト かぶペースト じゃが芋・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・かぶ・じゃが芋・人 参・キャベツ	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
5	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とチンゲン菜のみそ すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・豆腐・チンゲン菜・人 参・出し汁・味噌・大根・もや し・醤油	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参ののろみ みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッ コリー・出し汁・かぼちゃ・人 参・片栗粉・なす・ワカメ・味 噌・りんご	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とチンゲン菜のみそ すまし汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・豆腐・チンゲン菜・人 参・出し汁・味噌・大根・醤油	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参ののろみ みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・シロイトタラ・ブロッ コリー・出し汁・かぼちゃ・人 参・片栗粉・なす・ワカメ・味 噌・りんご	かゆペースト トマトペースト 豆腐・チンゲン菜・人参 大根ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・チン ゲン菜・人参・大根	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・ブロッコリー・かほ ちゃ・人参・りんご
6	木	かゆ 助宗タラと白菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 出し汁・人参・ほうれん草・さ つま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・か ぶ・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 出し汁・人参・ほうれん草・さ つま芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・か ぶ・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト ほうれん草・さつま芋ペ	おかゆ・白菜・人参・ほうれ ん草・さつま芋・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・小松菜ペ かぶ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・じゃが芋・小松菜・ かぶ・人参・玉ねぎ
7	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・豆腐・人参・大 根・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・豆腐・人参・大 根・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かほ ちゃ・ブロッコリー・キャベ ツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 豆腐・人参ペースト 大根ペースト・バナナペ	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人 参・大根・バナナ
8	土	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し 汁・砂糖・醤油・きゅうり・人 参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが 芋・かぶ・カットマトパッ ク・水・精製塩・白菜・出し 汁・人参・醤油・ヨーグルト・ 砂糖	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し 汁・砂糖・醤油・きゅうり・人 参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・じゃが 芋・かぶ・カットマトパッ ク・水・精製塩・白菜・出し 汁・人参・醤油・ヨーグルト・ 砂糖	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・小松菜・人参・玉ね ぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カ ットマトパック・白菜・人 参
9	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (い)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ ワカメ・醤油・いよかん	かゆ 鶏肉とキャベツのやわら さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベ ツ・出し汁・砂糖・醤油・さつ ま芋・ほうれん草・れんこん・ 味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (い)	おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ ワカメ・醤油・いよかん	かゆ 鶏肉とキャベツのやわら さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベ ツ・出し汁・砂糖・醤油・さつ ま芋・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペ さつま芋・ほうれん草ペ	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・ さつま芋・ほうれん草
10	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぶサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぶ・じ ゃが芋・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・小松菜・人 参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味 噌・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぶ・じ ゃが芋・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・小松菜・人 参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味 噌・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペ かぶペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人 参・かぶ・じゃが芋	かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フル	おかゆ・トマト・小松菜・人 参・玉ねぎ・オレンジ
11	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 キャベツとれんこんのや みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・キャベツ・れんこん・ チンゲン菜・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・味噌・大根	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・シロイトタラ・人参・ 出し汁・キャベツ・チンゲン 菜・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・味噌・大根	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト チンゲン菜ペースト・り	おかゆ・人参・キャベツ・チ ンゲン菜・りんご	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペ 白菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・ 白菜・人参・大根
12	水	かゆ 鶏肉と野菜ののろみ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗 粉・さつま芋・人参・花ふ・味 噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし みそ汁 フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・コーン・出し汁・豆 腐・味噌・いよかん	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし みそ汁 フルーツ (いよかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗 粉・さつま芋・人参・花ふ・味 噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし みそ汁 フルーツ (いよかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・コーン・出し汁・豆 腐・味噌・いよかん	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	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さ つま芋・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐
13	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・人 参・出し汁・白菜・味噌・オレ ンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこ ん・人参・出し汁・砂糖・醬 油・きゅうり・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・人 参・出し汁・白菜・味噌・オレ ンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・きゅう り・かぶ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 参・白菜・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ
14	金	かゆ 人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか キャベツともやしのサラ スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・もやし・かぼちゃ・ワカ メ・バナナ	かゆ くたくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・小松菜・ヨ ーグルト	かゆ 人参かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか キャベツサラダ スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・かぼちゃ・ワカメ・バナナ	かゆ くたくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	うどん・鶏肉・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・小松菜・ヨ ーグルト	かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・バナ	おかゆ・人参・玉ねぎ・キャ ベツ・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト うどんペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・人参・小松菜
15	土	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のしら みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参・しらす干し・れんこ ん・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・きゅ うり・人参・さつま芋・出し 汁・味噌・いよかん	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 ほうれん草と人参のしら みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・砂糖・醤油・ほうれん 草・人参・しらす干し	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (いよ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・きゅ うり・人参・さつま芋・出し 汁・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト ほうれん草・人参ペース	おかゆ・玉ねぎ・白菜・ほう れん草・人参	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 参・さつま芋

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	日	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし じゃが芋のとりみ煮 みそ汁・ヨーグルト	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・じゃが芋・片栗粉・かぶ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・味噌・ソーメン	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし じゃが芋のとりみ煮 みそ汁・ヨーグルト	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 キャベツと人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・じゃが芋・片栗粉・かぶ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・味噌・ソーメン	かゆペースト 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・かぶ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・人参ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・チンゲン菜・キャベツ・人参
17	月	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 きゅうりサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 大根とトマトのサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・かぼちゃ・ワカメ・味噌	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・大根・トマト・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 きゅうりサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 大根とトマトのサラダ みそ汁 (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・きゅうり・かぼちゃ・ワカメ・味噌	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・人参・出し汁・大根・トマト・ほうれん草・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・かぼちゃ	かゆペースト 人参ペースト 大根・トマトペースト ほうれん草ペースト・フ	おかゆ・人参・大根・トマト・ほうれん草・オレンジ
18	火	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 人参とれんこんのやわらか みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・じゃが芋・人参・キャベツ・味噌・いよかん	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・れんこん・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラとかぶのだし煮 じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁・フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぶ・出し汁・じゃが芋・人参・キャベツ・味噌・いよかん	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・花ふ・味噌	かゆペースト かぶペースト じゃが芋・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・かぶ・じゃが芋・人参・キャベツ	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
19	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とチンゲン菜のみそ すまし汁	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参のとりみ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・大根・もやし・醤油	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・片栗粉・なす・ワカメ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉のトマト煮 豆腐とチンゲン菜のみそ すまし汁	かゆ 白糸タラとブロッコリー かぼちゃと人参のとりみ みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・豆腐・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・大根・醤油	おかゆ・シロイトタラ・ブロッコリー・出し汁・かぼちゃ・人参・片栗粉・なす・ワカメ・味噌・りんご	かゆペースト トマトペースト 豆腐・チンゲン菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・トマト・豆腐・チンゲン菜・人参・大根	かゆペースト ブロッコリーペースト かぼちゃ・人参ペースト りんごペースト	おかゆ・ブロッコリー・かぼちゃ・人参・りんご
20	木	かゆ 助宗タラと白菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・人参・ほうれん草・さつま芋・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・人参・ほうれん草・さつま芋・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト ほうれん草・さつま芋ペースト	おかゆ・白菜・人参・ほうれん草・さつま芋・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・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・じゃが芋・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ
21	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 豆腐と人参のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃとブロッコリー スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・豆腐・人参・大根・味噌・いよかん	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・キャベツ	かゆペースト 玉ねぎペースト 豆腐・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・人参・大根
22	土	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のだし煮 スープ・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜のだし煮 スープ・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・出し汁・人参・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・人参・玉ねぎ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・かぶ・カットトマトパック・白菜・人参
23	日	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・いよかん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラと人参のみそ煮 玉ねぎのだし煮 すまし汁・フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか さつま芋とほうれん草の みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・味噌・玉ねぎ・大根・ワカメ・醤油・いよかん	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ほうれん草	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト さつま芋・ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・さつま芋・ほうれん草
24	月	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぶサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・じゃが芋・味噌	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラのトマト煮 小松菜と人参のくたくた みそ汁・フルーツ (オレンジ)	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぶサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ・じゃが芋・味噌	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・出し汁・玉ねぎ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・かぶ・じゃが芋	かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・トマト・小松菜・人参・玉ねぎ・オレンジ
25	火	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 キャベツとれんこんのや みそ汁	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・キャベツ・れんこん・チンゲン菜・味噌	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・味噌・大根	かゆ 白糸タラと人参のだし煮 キャベツのやわらか煮 みそ汁	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 白菜と人参のみそ煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・キャベツ・チンゲン菜・味噌	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・味噌・大根	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・キャベツ・チンゲン菜	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・白菜・人参・大根
26	水	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし みそ汁 フルーツ (いよかん)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・花ふ・味噌	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・コーン・出し汁・豆腐・味噌・いよかん	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし みそ汁 フルーツ (いよかん)	かゆ 鶏肉と野菜のとりみ煮 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・花ふ・味噌	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・コーン・出し汁・豆腐・味噌・いよかん	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	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さつま芋・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・豆腐
27	木	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・味噌・オレンジ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・かぶ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト 白菜ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・白菜・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ
28	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツともやしのサラ スープ・フルーツ (バナナ)	かゆ くたくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・もやし・かぼちゃ・ワカメ・バナナ	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ヨーグルト	かゆ くたくた鶏うどん 小松菜のだし煮 ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ スープ・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぼちゃ・ワカメ・バナナ	うどん・鶏肉・大根・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・ヨーグルト	かゆペースト 玉ねぎ・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・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぼちゃ・バナナ	うどんペースト 大根・人参ペースト 小松菜ペースト	うどん・大根・人参・小松菜