













初期(5~6ヶ月)





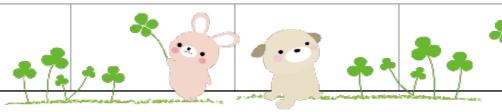
月)	中期(7~8ヶ月)
----	-----------

雛乳食	曜日			(万·11万万)					193 74] (3 -07 /1)				
			使用食材一覧	タ	使用食材一覧		使用食材一覧	タ	使用食材一覧			タ	
		かゆ		*	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね	<u>=</u> かゆ		かゆ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね	かゆペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人	ŕ	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人
		豆腐と野菜のコトコト煮		鶏肉と小松菜のやわらか		豆腐と野菜のコトコト煮		鶏肉と小松菜のやわらか	ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤	豆腐ペースト	参・さつま芋	小松菜・玉ねぎ・人参ペ	
1	木				油・白菜・味噌・大根・ソーメ		【生 そふぶん 庭〉 肝臓		油・白菜・味噌・大根・ソーメ				多"日来"入版
		さつま芋ときゅうりのサ		日来のみて思	ン	さつま芋ときゅうりのサ		白菜のみそ煮	×	玉ねぎ・人参ペースト		白菜ペースト	
		みそ汁		すまし汁		みそ汁		すまし汁		さつま芋ペースト		大根ペースト	
			おかゆ・シロイトタラ・キャベ	N . F		かゆ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ	かゆ		かゆペースト	!	* /	おかゆ・ほうれん草・人参・
2		 白糸タラとキャベツのだ	ツ・出し汁・玉ねぎ・人参・チ	太気14 (こしょ) ししん/14 マン・ハー	し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね	白糸タラとキャベツのだ	ツ・出し汁・圡ねぎ・人参・チ	鶏肉とほうれん草のくた	し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね	キャベツペースト	人参・チンゲン菜・オレンジ	ほうれん草ペースト	玉ねぎ
	並	玉ねぎと人参のやわらか	ンゲン菜・醤油・オレンジ	人参のだし煮	ぎ・なす・味噌	玉ねぎと人参のやわらか	ンゲン菜・醤油・オレンジ	人参のだし煮	ぎ・なす・味噌	玉ねぎ・人参ペースト	İ	人参ペースト	
		スープ・フルーツ(オレ	1	みそ汁		スープ・フルーツ(オレ	ĺ	みそ汁	1	チンゲン菜ペースト・フ	i	玉ねぎペースト	
		,	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・		おかゆ・スケソウタラ・大根・	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参		おかゆ・大根・人参・トマ
			出し汁・味噌・きゅうり・人	助宗タラのみぞれ煮	人参・出し汁・トマト・じゃが	鶏肉と野菜のみそ煮	出し汁・味噌・きゅうり・人	助宗タラのみぞれ煮	人参・出し汁・トマト・じゃが	玉ねぎ・白菜ペースト			ト・じゃが芋・豆腐
3	土	きゅうりと人参のサラダ	参・花ふ・醤油	トマトとじゃが芋のサラ	芋・豆腐・ワカメ・味噌	きゅうりと人参のサラダ	参・花ふ・醤油	トマトとじゃが芋のサラ	芋・豆腐・ワカメ・味噌	人参ペースト	i	<u>トマト・じゃが芋ペース</u>	
		さゆりりと八多のリフク	{				{		{	八多八一人下			
		すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・	みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・	すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・	みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・	2 10 0 50	bla 14 The 14	豆腐ペースト	blue The Wilder
		N 19				かゆ	出し汁・玉ねぎ・小松菜・かぼ	かゆ	I	·	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松		おかゆ・玉ねぎ・人参・キャ
4	lπ	MANY / C/VS VIC OW	ちゃ・味噌・オレンジ	鶏肉と野菜のやわらか煮	ツ・味噌	助小ノノこ八多りたし点	ちゃ・味噌・オレンジ	鶏肉と野菜のやわらか煮	ツ・味噌	人参ペースト	菜・かぼちゃ・オレンジ	玉ねぎ・人参ペースト	ベツ
	"	玉ねぎのくたくた煮		みそ汁		玉ねぎのくたくた煮		みそ汁		玉ねぎペースト		キャベツペースト	
		みそ汁・フルーツ(オレ				みそ汁・フルーツ(オレ	1			小松菜・かぼちゃペース			
			おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・	12-19	おかゆ・豆腐・さつま芋・人	かゆ	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・	かゆ	おかゆ・豆腐・さつま芋・人	かゆペースト	おかゆ・ブロッコリー・ほう	かゆペースト	おかゆ・豆腐・さつま芋・人
_		^ス ヶ 鶏肉とブロッコリーのや	出し汁・砂糖・醤油・ほうれん	豆腐とスナップエンドウ	参・スナップエンドウ・出し	鶏肉とブロッコリーのや	出し汁・砂糖・醤油・ほうれん	豆腐とさつま芋のみそ煮	参・出し汁・味噌・玉ねぎ・チ	ブロッコリーペースト	れん草・玉ねぎ・人参	豆腐・さつま芋・人参ペ	参・玉ねぎ・チンゲン菜
3	月	野菜のだし煮	草・玉ねぎ・人参	玉わぎとチンゲン莖のと	汁・味噌・圡ねぎ・チンケン	野菜のだし煮	草・玉ねぎ・人参	玉ねぎとチンゲン菜のと	ンゲン菜・片栗粉・花ふ・ワカ	ほうれん草・玉ねぎ・人	i	玉ねぎ・チンゲン菜ペー	
		23/C-37C O M	i	すまし汁	菜・片栗粉・花ふ・ワカメ・醤	23K-37C 0 M	i	すまし汁	メ・醤油	100) (100 pt 100	i	<u> </u>	
		かゆ	おかゆ・シロイトタラ・じゃが		油 おかゆ・鶏肉・小松菜・白菜・	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・じゃが	かゆ	おかゆ・鶏肉・小松菜・白菜・	かゆペースト	おかゆ・じゃが芋・人参・玉	かゆペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人
		17-19	# 10 10 11 7 10 1	N .7	出し汁・砂糖・醤油・人参・玉	/	l	· · · /	出し汁・砂糖・醤油・人参・玉			7 7 7 1	参・玉ねぎ
6	火	ロボブノと對来のはくは	根・味噌	物内で小仏来のトルトル	ねぎ・なす・味噌	白糸タラと野菜のほくほ	根・味噌	病内で小仏来のくたくた	ねぎ・なす・味噌	じゃが芋・人参ペースト	443・人依	4 INIVIA HISIA	参・玉435
		土ねさのたし魚	,	八多のやわらか想	37 77 1	玉ねぎのだし煮	1	人参のやわらか煮	1	玉ねぎペースト		人参ペースト	
		みそ汁		みそ汁		みそ汁		みそ汁		大根ペースト		玉ねぎペースト	
		鶏肉と野菜のわかめうど	うどん・鶏肉・キャベツ・人		おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出	鶏肉と野菜のわかめうど	うどん・鶏肉・キャベツ・人	かゆ		うどんペースト	うどん・キャベツ・人参・か	かゆペースト	おかゆ・ほうれん草・人参
7	-1\r	かはりやひょうシュー	参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤	鶏肉とほうれん草のやわ	し汁・砂糖・醤油・きゅうり・	かぼちゃのマッシュ	参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤	鶏肉とほうれん草のやわ	し汁・砂糖・醤油・きゅうり・	キャベツ・人参ペースト	ぼちゃ	ほうれん草ペースト	
,	/\		油・かぼちゃ	きゅうりと人参のしらす	人参・しらす干し・焼ふ・味噌		油・かぼちゃ	きゅうりと人参のしらす	人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かぼちゃペースト	İ	人参ペースト	
			j i	みそ汁			ĺ	みそ汁	1		i		
	1	かゆ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出	かめ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね	かゆ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリ
			し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白	助ウカニし取芸のおし孝	ぎ・ブロッコリー・出し汁・チ	高野豆腐と玉ねぎのとろ	し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白	助ウカラし昭芸のおし 考	ぎ・ブロッコリー・出し汁・チ	玉ねぎペースト	参・さつま芋	<u> </u>	
8	木	高野豆腐と玉ねぎのとろ	菜・人参・さつま芋・味噌	助示タリと野来のたし <u>想</u> チンゲン菜と人参のくた	ンゲン菜・人参	向封立 肉と上はさいこう	菜・人参・さつま芋・味噌	助示タフと野来のたし無 チンゲン菜と人参のくた	ンゲン菜・人参		 こって 1		
		口米と八多のリノフ	{	ナンケン米と八多のくに		白菜と人参のサラダ	-	ナンケン米と八多のくに		白菜・人参ペースト		チンゲン菜・人参ペース	
		みそ汁	かわめ 顔内 てんぞ 小松	7 . 0	シムル 節内 ナルベル じゅ	みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松	7 . 0	シムル 領内 ナルベル じゅ	さつま芋ペースト	たたみ アルング 「基本」	2	
		N 19	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・味噌・大根・人	N .7	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃ が芋・グリーンアスパラ・出し	かゆ		かゆ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃ が芋・グリーンアスパラ・出し	かゆペースト		7 7 1	おかゆ・キャベツ・じゃが
9	全			駒内に甘封未りはくはく	汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人	鶏肉と野菜のみそ煮	か サン 極汁	鶏肉と春野菜のほくほく	汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人	玉ねぎ・小松菜ペースト	根・人参	キャベツ・じゃが芋ペー	芋・玉ねぎ・人参・豆腐・バ
	717	大根と人参のやわらか煮	多・化み・酋曲		お・砂幅・醤油・玉ねさ・八 参・豆腐・ワカメ・バナナ	大根と人参のやわらか煮	一多・化み・醤油	玉ねぎと人参のだし煮	参・豆腐・ワカメ・バナナ	大根・人参ペースト		玉ねぎ・人参ペースト	ナナ
		すまし汁		スープ・フルーツ(バナ	多・立國・ケルグ・ハナナ	すまし汁]	スープ・フルーツ(バナ	多・立属・ケルグ・ハナナ			豆腐ペースト・バナナペ	
			おかゆ・スケソウタラ・玉ね		おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・	かゆ		かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほう
1.0	Ι,	~ ァ 助宗タラと玉ねぎのとろ	ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン	へう 鶏肉と野菜のやわらか煮	出し汁・砂糖・醤油・きゅう	助宗タラと玉ねぎのとろ	ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン	ステ 鶏肉と野菜のやわらか煮	出し汁・砂糖・醤油・きゅう	玉ねぎペースト	菜・人参・白菜	玉ねぎ・人参ペースト	れん草
10	土	助宗タフと玉ねぎのとろ チンゲン菜と人参のくた	菜・人参・白菜・味噌・ヨーグ	きゅうりサラダ	り・ほうれん草・味噌	チンゲン菜と人参のくた		きゅうりサラダ	り・ほうれん草・味噌	チンゲン菜・人参ペース	i	ほうれん草ペースト	
		みそ汁・ヨーグルト	ルト・砂糖	みそ汁		みそ汁・ヨーグルト	ルト・砂糖	みそ汁	1	白菜ペースト	i	12 / 1004 1 // 1	
	_		おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・		おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・	かゆ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャ	かゆペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人
		鶏肉と野菜のやわらか煮		豆腐と野菜のコトコト煮	出し汁・砂糖・醤油・かぼち	鶏肉と野菜のやわらか煮		豆腐と野菜のコトコト煮		-	ベツ・大根・小松菜	7 7 1	
11	l 日	病内と野来のやわらか点 トー・シストー	ツ・大根・しらす干し・小松		や・焼ふ・味噌	病内と野米のやわらか点	ツ・大根・しらす干し・小松		や・焼ふ・味噌	玉ねぎ・人参ペースト		豆腐・玉ねぎ・人参ペー	一 かはらや
		ヤヤヘッと人恨のしら 9	菜・味噌	かはらやのマッシュ	7, 2, 3, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4, 4,	キャベツと大根のしらす	菜・味噌	かぼちゃのマッシュ	. ,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,,	キャベツ・大根ペースト		かぼちゃペースト	
		みそ汁		みそ汁	15) 1/4	みそ汁		みそ汁	151.06	小松菜ペースト			
		·• /	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね	•• /	おかゆ・シロイトタラ・玉ね	かゆ		かゆ	おかゆ・シロイトタラ・玉ね	かゆペースト			おかゆ・玉ねぎ・白菜・チン
12		病内で封来のので 点	ぎ・ほうれん草・出し汁・味	ロボノノと玉ねさりたし	ぎ・出し汁・白菜・チンゲン	鶏肉と野菜のみそ煮	ぎ・ほうれん草・出し汁・味	ロボノノと上ねるのだし	ぎ・出し汁・白菜・チンゲン	じゃが芋・玉ねぎ・ほう	ほうれん草・トマト・人参		ゲン菜・人参・オレンジ
14	'1	トマトリング	噌・片栗粉・トマト・人参・ワ カメ・醤油	白菜のくたくた煮	菜・人参・味噌・オレンジ	トマトサラダ	噌・片栗粉・トマト・人参・ワ カメ・醤油	白菜のくたくた煮	菜・人参・味噌・オレンジ	トマトペースト		白菜ペースト	
		スープ	カク・醤油	みそ汁・フルーツ(オレ		スープ	ガグ・醤佃	みそ汁・フルーツ(オレ		人参ペースト		チンゲン菜・人参ペース	
		かゆ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根
	١.	助宗タラと玉ねぎのだし	ぎ・キャベツ・出し汁・小松	鶏肉と野菜のやわらか煮	人参・出し汁・砂糖・醤油・き	助宗タラと玉ねぎのだし	ぎ・キャベツ・出し汁・小松	鶏肉と野菜のやわらか煮	人参・出し汁・砂糖・醤油・き	玉ねぎ・キャベツペース	小松菜・人参・かぼちゃ・豆	玉ねぎ・人参ペースト	
13		小松菜と人参のサラダ	菜・人参・かぼちゃ・豆腐・醤	きゅうりサラダ	ゅうり・大根・花ふ・味噌	小松菜と人参のサラダ	菜・人参・かぼちゃ・豆腐・醤	きゅうりサラダ	ゅうり・大根・花ふ・味噌	小松菜・人参ペースト	腐	大根ペースト	
		スープ	油	みそ汁		スープ	油	みそ汁	ł	かぼちゃ・豆腐ペースト	//		
			おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね	みる	おかゆ・スケソウタラ・トマ		おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・トマ	かゆペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・	かゆペースト	おかゆ・トマト・ほうれん
		がみしい、かせっぱんは	ぎ・人参・出)汁・砂糖・醤		ト・水・精製塩・ほうれん草・	かゆ	l.,		ト・水・精製塩・ほうれん草・				
14	水	鶏肉とじゃが芋のほくほ	油・もやし・チンゲン菜・バナ	助宗タラのトマト煮	14 10 1 11 = 10 7	鶏肉とじゃが芋のほくほ	油・チンゲン菜・バナナ	助宗タラのトマト煮		じゃが芋・玉ねぎ・人参	八一 アンケン米・パナナ		草・人参・玉ねぎ・オレンジ
		もやしサフタ	1	は月れん早と八多のとり	ぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	スープ		ほうれん草と人参のとろ	ぎ・ワカメ・味噌・オレンジ	チンゲン菜ペースト		ほうれん草・人参ペース	
		スープ・フルーツ(バナ		みそ汗・ブルーツ(オレ		フルーツ (バナナ)		みそ汁・フルーツ(オレ		バナナペースト		玉ねぎペースト・フルー	
			おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・		おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね	かゆ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・	かゆ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ね	かゆペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人	かゆペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人
1.5		豆腐と野菜のコトコト煮	出し汁・砂糖・醤油・さつま	鶏肉と小松菜のやわらか	ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤	豆腐と野菜のコトコト煮	出し汁・砂糖・醤油・さつま	鶏肉と小松菜のやわらか	ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤	豆腐ペースト	参・さつま芋	小松菜・玉ねぎ・人参ペ	参・白菜・大根
15	不	さつま芋ときゅうりのサ	芋・きゅうり・焼ふ・味噌	白菜のみそ煮	油・白菜・味噌・大根・ソーメ	さつま芋ときゅうりのサ		白菜のみそ煮	油・白菜・味噌・大根・ソーメ	玉ねぎ・人参ペースト	İ	白菜ペースト	
		みそ汁		すまし汁	ン	みそ汁	1	すまし汁	ン	さつま芋ペースト	ŀ	大根ペースト	
\vdash		Y/: C11) A U11		Y/ C11		/ A U11		C / D J ' / / I		/VIA · // I	
L	1												













後期(9~11ヶ月)

中期(7~8ヶ月)

初期 (5~6ヶ月)

雛乳食	曜日		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 おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出	昼	使用食材一覧 おかゆ・シロイトタラ・キャベ	9	使用食材一覧 おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出	昼	使用食材一覧 おかゆ・キャベツ・人参・チン	夕 	使用食材一覧 おかゆ・ほうれん草・人参・玉
16	金	<u>^ '^</u> 白糸タラとキャベツのだ		 独肉とほうれん草のくた 人参のだし煮	し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだ 人参のやわらか煮	ッ・出し汁・人参・チンゲン 菜・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮	し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆヘースト キャベツペースト 人参ペースト	ゲン菜・バナナ	N .7 . / 1 1	ねぎ
		スープ・フルーツ (バナ かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・	みそ汁かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・	スープ・フルーツ (バナ かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・	みそ汁かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・	チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参	玉ねぎペースト かゆペースト	おかゆ・大根・人参・トマト・
17	土	まゅうりと人参のサラダ すまし汁		助宗タラのみぞれ煮 トマトとじゃが芋のサラ みそ汁・フルーツ (オレ		きゅうりと人参のサラダ すまし汁		助宗タラのみぞれ煮 トマトとじゃが芋のサラ みそ汁・フルーツ(オレ		玉ねぎ・白菜ペースト 人参ペースト		 トマト・じゃが芋ペース 豆腐ペースト・フルーツ	じゃが芋・豆腐・オレンジ
18	日	かり 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・ヨーグルト	らや・味噌・コークルド・砂棺	為肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	ツ・ <u></u> 味噌 	助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁・ヨーグルト	らや・味噌・コークルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	- グ・味噌 -	 人参ペースト 玉ねぎペースト 小松菜・かぼちゃペース	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松 菜・かぼちゃ	玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベ
19	月	鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮	製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・出し汁	豆腐とスナップエンドウ 玉ねぎとチンゲン菜のと すまし汁	汁・味噌・玉ねぎ・チンケン 菜・片栗粉・花ふ・ワカメ・醤	鶏肉のトマト煮 野菜のだし煮	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精 製塩・ほうれん草・玉ねぎ・人 参・出し汁	豆腐とさつま芋のみそ者	メ・醤油	トマトペースト ほうれん草・玉ねぎ・人	おかゆ・トマト・ほうれん草・ 玉ねぎ・人参	豆腐・さつま芋・人参ペ 玉ねぎ・チンゲン菜ペー	
20	火	ロ 白糸タラと野菜のほくほ 玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ(オレ	根・味噌・オレンジ	鶏肉と小松菜のくたくた 人参のやわらか煮 みそ汁	ねさ・なり・味噌	白糸タラと野菜のほくほ 玉ねぎのだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ	芋・人参・出し汁・玉ねぎ・大 根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 人参のやわらか煮 みそ汁	44c 4 4 9 · 水帽	じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・じゃが芋・人参・玉ね ぎ・大根・オレンジ	小松菜・白菜ペースト	おかゆ・小松菜・白菜・人参・ 玉ねぎ
21	水	フルーツ (バナナ)	参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ	鶏肉とほうれん草のやわ きゅうりと人参のしらす みそ汁	し汁・砂糖・醤油・きゅうり・ 人参・しらす干し・焼ふ・味噌	フルーツ (バナナ)	参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のやむ きゅうりと人参のしらす みそ汁	- 八多・しりり干し・焼み・味噌	キャベツ・人参ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	うどん・キャベツ・人参・かぼ ちゃ・バナナ	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参
22	木	高野豆腐と玉ねぎのとろ	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出 し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白 菜・人参・さつま芋・味噌	助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のくた フルーツ(オレンジ)	「ケン采・人参・出し汁・オレン ・ジ	高野豆腐と玉ねぎのとろ 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・高野豆腐・玉ねぎ・出 し汁・砂糖・醤油・片栗粉・白 菜・人参・さつま芋・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのトマ チンゲン菜と人参のくた フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・チン ゲン菜・人参・出し汁・オレン ジ	1~ '2 ' / 1	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・ さつま芋	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト チンゲン菜・人参ペース フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・トマト・チン ゲン菜・人参・オレンジ
23	金	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・味噌・大根・人 参・花ふ・醤油	鶏肉と春野菜のほくほく	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し 汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人 参・豆腐・ワカメ	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松 菜・出し汁・味噌・大根・人 参・花ふ・醤油	かゆ 鶏肉と春野菜のほくほく 玉ねぎと人参のだし煮 スープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・じゃが芋・グリーンアスパラ・出し 汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・人 参・豆腐・ワカメ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・大 根・人参	かゆペースト キャベツ・じゃが芋ペー 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・ 玉ねぎ・人参・豆腐
24	土		おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン 菜・人参・白菜・味噌	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・ほうれん草・味噌		おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・チンゲン 菜・人参・白菜・味噌	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・ほうれん草・味噌	10 9 1	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・ 人参・白菜		おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれ ん草
25	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと大根のしらす	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・大根・しらす干し・小松 菜・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツと大根のしらす みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・大根・しらす干し・小松 菜・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 かぼちゃのマッシュ みそ汁	・ がふ・味噌	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベ ツ・大根・小松菜	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ かぼちゃ
26	月	鶏肉と野菜のみそ煮 ブロッコリーサラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・ブロッコリー・人参・ワカメ・醤油	白糸タラと玉ねぎのだし	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・白菜・チンゲン 菜・人参・味噌	1/ロッコリーカラター	ぎ・ほうれん草・出し汁・味噌・片栗粉・ブロッコリー・人参・ワカメ・醤油	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし 白菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・白菜・チンゲン 菜・人参・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・ほう ブロッコリーペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・ほ うれん草・ブロッコリー・人参	10-19-1	おかゆ・玉ねぎ・白菜・チンゲン菜・人参
27	火	助宗タラと春野菜のだし かぼちゃとスナップエン スープ	带, 矮油	みそ汁	ゆりり・人恨・化ふ・味噌 	かゆ 助宗タラと春野菜のだし かぼちゃサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・玉ねぎ・人参・グリーンアスパラ・出し汁・かぼちゃ・豆腐・小松菜・醤油	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・なす・ 人参・出し汁・砂糖・醤油・き ゅうり・大根・花ふ・味噌	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 かぼちゃペースト 豆腐・小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人 参・かぼちゃ・豆腐・小松菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・大根
28	水	鶏肉とじゃが芋のほくほ もやしサラダ スープ・フルーツ(バナ	一番・もやし・ナンケン米・ハナ	助宗タラのトマト煮 ほうれん草と人参のとろ みそ汁・フルーツ (オレ		鶏肉とじゃが芋のほくほ スープ フルーツ (バナナ)	油・チンケン采・パナナ	かゆ 助宗タラのトマト煮 ほうれん草と人参のとろ みそ汁・フルーツ (オレ		じゃが芋・玉ねぎ・人参 チンゲン菜ペースト バナナペースト		10 9 10 1	おかゆ・トマト・ほうれん草・ 人参・玉ねぎ・オレンジ
29	木	で 豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	す・さゆりり・ 焼ふ・味噌	鶏肉と小松菜のやわらか 白菜のみそ煮 すまし汁	↑油・日菜・味噌・大根・ソーメ ・ ン	豆腐と野菜のコトコト煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	手・さゆうり・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか 白菜のみそ煮 すまし汁	油・日来・味噌・大根・ソーメーン	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ さつま芋	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参ペ 白菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人 参・白菜・大根
30	金	かゆ 白糸タラとキャベツのだ	おかゆ・シロイトタラ・キャベ ツ・出し汁・もやし・人参・チ ンゲン菜・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	かゆ 白糸タラとキャベツのだ 人参のやわらか煮 スープ・フルーツ(バナ	米・醤油・ハナナ	かゆ 鶏肉とほうれん草のくた 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・人参・玉ね ぎ・なす・味噌	10.5	おかゆ・キャベツ・人参・チン ゲン菜・バナナ	かゆペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉 ねぎ
31	土	かで	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・味噌・きゅうり・人 参・花ふ・醤油	かゆ 助宗タラのみぞれ煮 トマトとじゃが芋のサラ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 人参・出し汁・トマト・じゃが 芋・豆腐・ワカメ・味噌・オレ ンジ	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 出し汁・味噌・きゅうり・人 参・花と・醤油	かゆ 助宗タラのみぞれ煮 トマトとじゃが芋のサラ みそ汁・フルーツ (オレ	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 人参・出し汁・トマト・じゃが 芋・豆腐・ワカメ・味噌・オレ ンジ		おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参	かゆペースト	
L		リメレ们			L	[リエレイ]		<u> かて日・ノルーツ(オレ</u>	1			立肉ハームト・ノルーツ	