

離乳食曜日	12月				後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)			
	朝	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	朝	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	朝	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	朝	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
1 月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チングン菜・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・れんこん・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁・フルーツ (りん)	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人玉ねぎ・トマトペースト 人参・じゃが芋・人参ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんご	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人玉ねぎ・トマトペースト 人参・じゃが芋・人参ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんご	かゆ・チングン菜・白菜・人参・玉ねぎ・りんご			
2 火	かゆ 豆腐とかぶのコトコト煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・ほうれん草・かぼちゃ・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	かゆペースト	おかゆ・豆腐・かぶ・さつま芋・人参・キャベツ 玉ねぎペースト さつま芋・人参ペースト キヤベツペースト	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・かぼちゃ				
3 水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参助宗タラと白菜のくたくじやが芋と人参のほくほ みそ汁・フルーツ (バナ)	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか大根サラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じやが芋・人参・もし花・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・花・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・花・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・花・味噌・バナナ	かゆペースト	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じやが芋・人参・花・味噌・バナナ	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参	おかゆ・白菜・じやが芋・人参・バナナ				
4 木	かゆ 鶏肉とチングン菜のとろ玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ (りん)	おかゆ・鶏肉・チングン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とチングン菜のとろ玉ねぎのしらす煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チングン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とチングン菜のとろ玉ねぎのしらす煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん)	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・キヤベツ・出し汁・砂糖・醤油・人 参・小松菜・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉とチングン菜のとろ玉ねぎのしらす煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りん)	かゆペースト	おかゆ・チングン菜・人参・キヤベツ・出し汁・砂糖・醤油・人 参・小松菜・豆腐・味噌	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・キヤベツ・人参・小松菜・豆腐					
5 金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・れんこん・人参・かぼ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参のやわらか煮 みそ汁	かゆペースト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・人参・かぶ・ワカメ・味噌	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ				
6 土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 白菜のだし煮 すまし汁・フルーツ (オ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・白菜・豆腐・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 白菜のだし煮 すまし汁・フルーツ (オ)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 豆腐・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ	かゆ 鶏肉・大根・人参・出し汁・味噌・白菜・豆腐・醤油・オレンジ	かゆペースト	おかゆ・トマト・白菜・豆腐・オレンジ	かゆペースト	おかゆ・大根・人参・さつま芋・玉ねぎ				
7 日	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらかキャベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・小松菜・ワカメ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらかキャベツサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・チングン菜・出し汁・人参・じやが芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらかキャベツサラダ スープ	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・小松菜・ワカメ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらかキャベツサラダ スープ	かゆペースト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・チングン菜・出し汁・人参・じやが芋・味噌・りんご	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・小松菜・人参・じやが芋・りんご					
8 月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	かゆ 鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	かゆペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・味噌・片栗粉・かぶ・人 参・醤油	かゆペースト	おかゆ・白菜・人参・かぼちゃ・玉ねぎ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・かぶ・人参				
9 火	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろおさつま芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チングン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろおさつま芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろおさつま芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉・大根・チングン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろおさつま芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	かゆ 鶏肉・大根・チングン菜・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト	うどん・大根・チングン菜・人参・さつま芋・オレンジ	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・キャベツ				
10 水	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・豆腐・もし・味噌・玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・れんこん・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	かゆ 白糸タラのトマト煮 鶏肉と野菜のほくほく煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 鶏肉と野菜のほくほく煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 鶏肉と野菜のほくほく煮 玉ねぎのくたくた煮 みそ汁	かゆペースト	おかゆ・トマト・かぶ・人 参・豆腐・バナナ	かゆペースト	おかゆ・かぼちゃ・人参・玉ねぎ				
11 木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根ときゅうりのしらす フルーツ (みかん)	おかゆ・鶏肉・白菜・じやが芋・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・しらす干し・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根ときゅうりのしらす フルーツ (みかん)	おかゆ・スケソウタラ・キヤベツ・出し汁・味噌・人参・小松菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根ときゅうりのしらす フルーツ (みかん)	かゆ 鶏肉・白菜・じやが芋・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・しらす干し・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 大根ときゅうりのしらす フルーツ (みかん)	かゆ 鶏肉・白菜・じやが芋・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・きゅうり・しらす干し・みかん	かゆペースト	おかゆ・白菜・じやが芋・ほうれん草・人参・大根・みかん	かゆペースト	おかゆ・キヤベツ・人参・小松菜				
12 金	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・かぶ・チングン菜・人参・ワカメ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・かぶ・チングン菜・人参・ワカメ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・かぶ・チングン菜・人参・ワカメ・出し汁・醤油	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・かぶ・チングン菜・人参・ワカメ・出し汁・醤油	かゆペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・人 参	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・かぶ・チングン菜・人参				
13 土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・れんこん・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・小松菜・出し汁・大根・人 参・じやが芋・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・花・味噌	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・大根・人参・じやが芋・オレンジ				
14 日	かゆ 助宗タラとキャベツのだし 玉ねぎと人参のやわらか スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キヤベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと玉ねぎのサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キヤベツ・出し汁・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと玉ねぎのサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・玉ねぎ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと玉ねぎのサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・玉ねぎ・なす・味噌	かゆペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・豆腐	かゆペースト	おかゆ・さつま芋・人参・玉ねぎ				
15 月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チングン菜・水・精製塩・きゅうり・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チングン菜・水・精製塩・きゅうり・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 白糸タラとチングン菜の白菜と人参のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆペースト	おかゆ・チングン菜・白菜・人参・玉ねぎ・りんご				

離乳食曜日	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	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	
16 火	かゆ 豆腐とかぶのコトコト煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・ほうれん草・かぼちゃ・醤油	かゆ 豆腐とかぶのコトコト煮 さつま芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・かぶ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・人参・キャベツ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・味噌・人参・ほうれん草・かぼちゃ・醤油	かゆペースト 鶏肉と野菜のみそ煮 人参サラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・かぶ・さつま芋・人参・キャベツ 豆腐・かぶペースト さつま芋・人参ペースト キャベツペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草・かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草・かぼちゃ	
17 水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか大根サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参 助宗タラと白菜のくたくち じゃが芋と人参のほくほ みそ汁・フルーツ(バナ)	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根サラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・もし花・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根サラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参 助宗タラと白菜のくたくち じゃが芋と人参のほくほ みそ汁・フルーツ(バナ)	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参 助宗タラと白菜のくたくち じゃが芋と人参のほくほ みそ汁・フルーツ(バナ)	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参 助宗タラと白菜のくたくち じゃが芋と人参のほくほ みそ汁・フルーツ(バナ)	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト バナナペースト	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・白菜・じゃが芋・人参・バナナ	
18 木	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のとろ玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りん)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・玉ねぎ・しらす干し・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか者 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・片栗 粉・玉ねぎ・しらす干し・さつ ま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉・チンゲン菜のとろ 玉ねぎのしらす煮 みそ汁・フルーツ(りん)	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・片栗 粉・玉ねぎ・しらす干し・さつ ま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉・チンゲン菜・人 参・出し汁・砂糖・醤油・人 参・小松菜・豆腐・味噌 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・人 参・小松菜・豆腐・味噌 みそ汁	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト・りん	おかゆ・チンゲン菜・人参・玉 ねぎ・さつま芋・りんご 玉ねぎ・キャベツペースト 人参ペースト 小松菜・豆腐ペースト	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツ・人 参・小松菜・豆腐	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人 参・小松菜・豆腐	
19 金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼち や・なす	かゆ 鶏肉と玉ねぎのだし れんこんと人参のやわら みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・れんこん・人参・ かぼ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのほくほく煮 スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・れんこん・人参・ かぼ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・かぼ ち・なす	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼ ち や	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	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ	
20 土	かゆ 助宗タラのトマトみそ煮 白菜のだし煮 すまし汁・フルーツ(オ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・味噌・白菜・豆腐・醤油・オレンジ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜のだし煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ 玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉・大根・人参・出 し汁・砂糖・醤油・さつま芋・ 玉ねぎ・味噌	かゆペースト トマトペースト 白菜ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	おかゆ・トマト・白菜・豆腐・ オレンジ 大根・人参ペースト さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	かゆペースト 大根・玉ねぎ さつま芋ペースト 玉ねぎペースト	かゆペースト 大根・人参・さつま 芋・玉ねぎ	かゆペースト 大根・人参・さつま 芋・玉ねギ	
21 日	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか キヤベツサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・小松菜・ワカメ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくち 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・チングン菜・出し汁・人 参・じゃが芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか キヤベツサラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・チングン菜・出し汁・人 参・じゃが芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・小松菜・ワカメ	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・キャベ ツ・小松菜・ワカメ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベ ツ・小松菜 玉ねギ・チングン菜ペー ス・人参ペースト じゃが芋ペースト・りん	かゆペースト 玉ねギ・チングン菜・人 参・じゃが芋・りんご 玉ねギ・チングン菜ペー ス・人参ペースト じゃが芋ペースト・りん	かゆペースト 玉ねギ・チングン菜・人 参・じゃが芋・りんご	
22 月	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出 し汁・砂糖・醤油・かぼち や・玉ねギ・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出 し汁・砂糖・片栗粉・かぶ・人 参・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのほくほく煮 みそ汁	かゆ 豆腐・玉ねギ・出 し汁・味噌・片栗粉・かぶ・人 参・醤油	かゆ 豆腐・玉ねギ・出 し汁・味噌・片栗粉・かぶ・人 参・醤油	かゆペースト 白菜・人参ペースト かぼちゃペースト 玉ねギペースト	おかゆ・白菜・人参・かぼ ち・玉ねギ 豆腐・玉ねギペースト かぶペースト 人参ペースト	かゆペースト 豆腐・玉ねギ かぶペースト 人参ペースト	かゆペースト 豆腐・玉ねギ・かぶ・人 参	かゆペースト 豆腐・玉ねギ・かぶ・人 参	
23 火	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろお さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チング ン菜・人参・出し汁・砂糖・醤 油・片栗粉・さつま芋・オレン ジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろお さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・小松菜・な す・キャベツ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろお さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	うどん・鶏肉・大根・チング ン菜・人参・出し汁・砂糖・醤 油・片栗粉・さつま芋・オレン ジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろとろお さつま芋のマッシュ フルーツ(オレンジ)	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・出し汁・小松菜・な す・キャベツ・味噌	うどん・大根・チングン菜・人 参・さつま芋・オレンジ 大根・チングン菜・人 参・さつま芋ペースト 小松菜ペースト キャベツペースト	うどん・大根・チングン菜・人 参・さつま芋・オレンジ 玉ねギ・人参ペースト 小松菜ペースト キャベツペースト	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 小松菜ペースト キャベツペースト	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 小松菜・キャベツ	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 小松菜・キャベツ
24 水	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(バナ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・かぶ・人参・出 し汁・豆腐・もやし・味噌・バナナ 鶏肉と野菜のほくほく煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・かぶ・人参・出 し汁・豆腐・もやし・味噌・玉ね ぎ・れんこん・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	かゆ 白糸タラのトマト煮 かぶと人参のだし煮 みそ汁	かゆペースト トマトペースト かぶ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペ ースト	おかゆ・トマト・かぶ・人 参・豆腐・バナナ かぼちゃ・人参ペースト 玉ねギペースト	かゆペースト 豆腐・バナナ かぼちゃ・人参ペースト 玉ねギペースト	かゆペースト かぼちゃ・人 参・玉ねギ	かゆペースト かぼちゃ・人 参・玉ねギ	
25 木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのし スープ・フルーツ(みか)	おかゆ・鶏肉・玉ねギ・ほうれ ん草・出し汁・砂糖・醤油・じ やが芋・人参・きゅうり・し らす干し・大根・白菜・みかん スープ・フルーツ(みか)	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋ときゅうりのし スープ・フルーツ(みか)	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・出し汁・味噌・人参・小松 菜・ソーメン・醤油・ヨーグル ト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋・人参・きゅうり・し らす干し・大根・白菜・みかん スープ・フルーツ(みか)	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・出し汁・味噌・人参・小松 菜・ソーメン・醤油・ヨーグル ト・砂糖	かゆ 鶏肉・玉ねギ・ほうれ ん草・出し汁・砂糖・醤油・じ やが芋・人参・きゅうり・し らす干し・大根・白菜・みかん スープ・フルーツ(ヨーグルト)	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・玉ね ぎ・れんこん・焼ふ・味噌	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 人参ペースト 大根・白菜ペースト・フ	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 人参ペースト 大根・白菜ペースト・フ	かゆペースト 玉ねギ・ほうれん草・ じゃが芋・人参・大根・白菜・ みかん	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 小松菜ペースト	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 小松菜
26 金	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほ 玉ねギと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼち や・出 し汁・砂糖・醤油・玉ねギ・人 参・もやし・味噌 鶏肉とかぼちゃのほくほ かぶとチングン菜のサラ みそ汁	かゆ 鶏肉と玉ねギのトマト煮 かぶとチングン菜のサラ みそ汁	おかゆ・鶏肉・かぼち や・出 し汁・砂糖・醤油・玉ねギ・人 参・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねギのトマト煮 かぶとチングン菜のサラ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねギ・トマト・水・精 製塩・かぶ・チング ン菜・人参・ワカメ・出 し汁・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねギのトマト煮 かぶとチングン菜のサラ みそ汁	かゆペースト かぼちやペースト 玉ねギ・人参ペースト	おかゆ・かぼち や・玉ねギ・人 参	かゆペースト 玉ねギ・トマトペースト かぶ・チングン菜ペースト 人参ペースト	かゆペースト 玉ねギ・トマト・か ぶ・チングン菜・人 参	かゆペースト 玉ねギ・トマト・か ぶ・チングン菜・人 参	
27 土	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねギ・人 参・出 し汁・砂糖・醤油・ほうれ ん草・れんこん・花・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ギ・小松菜・出 し汁・大根・人 参・じゃが芋・味噌・オレン ジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根と人参のだし煮 みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・小松菜・出 し汁・大根・人 参・じゃが芋・味噌・オレン ジ	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・小松菜・出 し汁・大根・人 参・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・小松菜・出 し汁・大根・人 参・じゃが芋・味噌 みそ汁・フルーツ(オレ)	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・小松菜・出 し汁・大根・人 参・じゃが芋・味噌 みそ汁・フルーツ(オレ)	かゆペースト 玉ねギ・人参ペースト 大根・人参ペースト じゃが芋ペースト・フル	かゆペースト 玉ねギ・小松菜ペースト 大根・人参ペースト じゃが芋ペースト・フル	かゆペースト 玉ねギ・小松菜・大 根・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 玉ねギ・小松菜・大 根・人参・じゃが芋・オレンジ
28 日	かゆ 助宗タラとキャベツのた 玉ねギと人参のやわらか スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・出 し汁・玉ねギ・人参・豆 腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと玉ねギのサラ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・出 し汁・玉ねギ・人参・豆 腐・醤油・きゅうり・玉ねギ・ なす・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのた 玉ねギと人参のやわらか スープ・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・キャベ ツ・出 し汁・玉ねギ・人参・豆 腐・醤油・きゅうり・玉ねギ・ なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 きゅうりと玉ねギのサラ みそ汁	かゆ 鶏肉・玉ねギ・人 参・出 し汁・砂糖・醤油・き ゅうり・玉ねギ・なす・味噌	かゆペースト キャベツペースト 玉ねギ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・キャベ ツ・玉ねギ・人 参・豆腐 さつま芋・人参ペースト 玉ねギペースト	かゆペースト キャベツ・人 参ペースト 玉ねギペースト	かゆ・さつま芋・人 参・玉ねギ	
29 月	かゆ 鶏肉と玉ねギのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト 水・精製塩・きゅうり・人 参・じゃが芋・出 し汁・味噌	かゆ 白糸タラとチングン菜の 白菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りん)	おかゆ・スケソウタラ・トマト 水・精製塩・きゅうり・人 参・じゃが芋・出 し汁・味噌	かゆ 白糸タラとチングン菜の 白菜と人参のやわらか煮 みそ汁	かゆ 白糸タラとチングン菜の 白菜・出 し汁・白菜・人 参・玉ねギ・味噌・りんご	かゆ 白糸タラとチングン菜の 白菜と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ(りん)	かゆ 白糸タラ・チング ン菜・出 し汁・白菜・人 参・玉ねギ・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねギ・トマトペースト 白菜・人参ペースト じゃが芋ペースト	か			