

離乳食 曜日	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
1 木	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 人参・出し汁・さつま芋・きゅ うり・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 人参・出し汁・さつま芋・きゅ うり・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根・ 人参・出し汁・さつま芋・きゅ うり・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 人参・出し汁・さつま芋・きゅ うり・豆腐・味噌	かゆペースト 大根・人参ペースト さつま芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・大根・人参・さつま 芋・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト じやが芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・じや が芋・人参
2 金	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ 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・ 白糸タラと人参のだし煮 玉ねぎのやわらか煮	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人參・ 出し汁・玉ねぎ・かぼちゃ・ワ カメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのとろとろ 小松菜サラダ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・人參・ 出し汁・玉ねぎ・かぼちゃ・ワ カメ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 玉ねぎのやわらか煮	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のほっこ みそ汁	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・人參・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
3 土	かゆ 助宗タラとほうれん草の 高野豆腐と野菜のとろみ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・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・スケソウタラ・ほうれ ん草・出し汁・砂糖・醤油・ 白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 高野豆腐と野菜のとろみ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・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	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリ コーリー・出し汁・砂糖・醤油・ 白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト じやが芋・大根ペースト	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 じやが芋・大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリ ー・人参・じやが芋・大根
4 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 玉ねぎと人参のみそ煮	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・スケソウタラ・チング 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・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・ 味噌・ソーメン・醤油	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・小松菜・カ リフラワー・人参・かぶ	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	かゆペースト 玉ねぎ・カリフラワー・人 参・かぶ	かゆペースト チングン菜・玉ね ぎ・人参	かゆペースト チングン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	かゆ・チングン菜・玉ね ぎ・人参
5 月	かゆ 白糸タラとかぼちゃのほ うれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・かぼ ちや・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とろ ほうれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・かぼ ちや・出し汁・大根・人参・玉ね ぎ・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラとかぼちゃのほ うれん草と人参のサラ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・かぼ ちや・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とろ ほうれん草と人参のサラ みそ汁	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	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペース ト	かゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・人参・白菜
6 火	くたくた鶏うどん みそ汁	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・ じやが芋とブロッコリー・ 小松菜のくたくた煮 みそ汁	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人參・ 出し汁・小松菜・かぶ・味噌	くたくた鶏うどん じやが芋とブロッコリー・ 小松菜のくたくた煮 みそ汁	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人参・ じやが芋・ブロッコリー・チング ン菜・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	かゆペースト 玉ねぎ・人參ペースト 小松菜ペースト チングン菜ペースト	うどん・玉ねぎ・人參・じや が芋・ブロッコリー・チング ン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜ペースト かぶペースト	かゆペースト 玉ねぎ・人參ペースト 小松菜ペースト	かゆ・人參・小松菜・かぶ
7 水	かゆ 助宗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	おかゆ・スケソウタラ・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ラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん 草・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草と人参のくた スープ・フルーツ（バナ	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・片栗粉・ほうれん 草・人参・大根・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉・白菜・もやし・ 沙糖・醤油・きゅうり・人參・ 大根・燒ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人參ペース 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 豆腐ペースト・バナナペ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト 大根ペースト	かゆ・白菜・人參・大根
8 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	おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・人参・出し汁・砂糖・醤 油・キャベツ・かぶ・チング ン菜・ヨーグルト	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトサラダ	おかゆ・スケソウタラ・豆乳 鶏肉と野菜のほくほく煮 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ラダ スープ・ヨーグルト	うどん・鶏肉・玉ねぎ・人參・ じやが芋・ブロッコリー・チング ン菜・味噌	かゆ 鶏肉・白菜・もやし・ 沙糖・醤油・きゅうり・人參・ 大根・燒ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人參ペースト 小松菜ペースト チングン菜ペースト	うどん・玉ねぎ・人參・じや が芋・ブロッコリー・チング ン菜	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜ペースト かぶペースト	かゆペースト 玉ねぎペースト トマトペースト・フル	かゆ・玉ねぎ・トマト・か ぼちゃ・みかん
9 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ト 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・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ト さつま芋のマッシュ	かゆペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・白菜・人參	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人參ペース ト	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人參ペース ト	かゆ・豆腐・ほうれん草・ 人参・さつま芋
10 土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・味噌・大根・小松菜 ソーメン・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・かぶ・人参・片 栗粉・キヤベツ・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 大根サラダ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・チング ン菜・出し汁・かぶ・人参・片 栗粉・キヤベツ・味噌・ヨーグ ルト・砂糖	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・人參・ 助宗タラとチングン菜のチ ンゲン菜・ヨーグルト	かゆペースト 玉ねぎ・人參ペースト 大根ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人參・大 根・小松菜	かゆペースト チングン菜ペースト かぶ・人參ペースト キヤベツペースト	かゆペースト チングン菜・かぶ・人 參・キヤベツ	かゆ・チングン菜・かぶ・ 人參・キヤベツ
11 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・カットトマト 鶏肉とほうれん草のくた さつま芋のマッシュ	かゆ 鶏肉と野菜のトマト ポテトサラダ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 玉ねぎ・人参・カットトマト 鶏肉とほうれん草のくた さつま芋のマッシュ	かゆ 鶏肉と野菜のトマト ポテトサラダ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・ 玉ねぎ・人参・カットトマト 鶏肉とほうれん草のくた さつま芋のマッシュ	かゆ 鶏肉・ほうれん草・人 参・出し汁・砂糖・醤油・さつ ま芋	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・カットトマト缶・さつま 芋	かゆペースト ほうれん草・人參ペース ト	かゆペースト ほうれん草・人參ペース ト	かゆ・ほうれん草・人參・ じゃが芋・豆腐
12 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・スケソウタラ・豆乳 白糸タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか フルーツ（オレンジ）	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・豆乳 白糸タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか フルーツ（オレンジ）	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・豆乳 白糸タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか フルーツ（オレンジ）	かゆ 鶏肉・かぼちゃ・チング ン菜・出し汁・玉ねぎ・人參・大 根・醤油・りんご	かゆペースト かぼちゃ・チングン菜ペ ースト	おかゆ・かぼちゃ・チング ン菜・人参・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人參ペースト 大根ペースト・りんごペ	かゆペースト 小松菜ペースト 玉ねぎ・人參ペースト 大根ペースト・りんごペ	かゆ・小松菜・玉ねぎ・人 參・大根・りんご
13 火	かゆ 助宗タラとじやが芋のほ きゃべツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じや が芋・出し汁・キヤベツ・人 參・豆腐・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 プロッコリーと人参のサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じや が芋・出し汁・キヤベツ・人 參・さつま芋・焼ふ・醤油	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 プロッコリーと人参のサ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じや が芋・出し汁・キヤベツ・人 參・さつま芋・焼ふ・醤油	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・出 汁・味噌・プロッコリー・人 參・さつま芋・焼ふ・醤油	かゆペースト じやが芋ペースト プロッコリー・人參ペ ースト	おかゆ・じやが芋・キヤ ベツ・人參・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト プロッコリー・人參ペ ースト	かゆペースト 玉ねぎペースト プロッコリー・人參ペ ースト	かゆ・玉ねぎ・プロッコリ ー・人参・さつま芋
14 水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 チンゲン菜と人参のサ すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・大根 出汁・醤油・砂糖・チング ン菜・人参・ソーメン	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぶと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・大根 出汁・醤油・砂糖・チング ン菜・人参・ソーメン	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぶと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・スケソウタラ・大根 出汁・醤油・砂糖・チング ン菜・人参・ソーメン	かゆ 鶏肉・なす・玉ねぎ・ 出汁・醤油・砂糖・チング ン菜・人参・ソーメン	かゆペースト 玉ねぎペースト チングン菜・人參ペース ト	おかゆ・玉ねぎ・チング ン菜・人参	かゆペースト 小松菜ペースト かぶ・人參ペースト 玉ねぎペースト・フル	かゆペースト チングン菜・かぶ・人 參・オレンジ	かゆ・小松菜・かぶ・人 參・オレンジ
15 木	かゆ 助宗タラと野菜のとろと さつま芋ときゅうりのサ みそ汁・フルーツ（みか	おかゆ・スケソウタラ・大根 人参・出汁・片栗粉・さつま 芋・きゅうり・豆腐・味噌・み かん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根 出汁・醤油・砂糖・じやが 芋・人参・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じやが芋と人参のほっこ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大根 出汁・醤油・砂糖・じやが 芋・人参・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉・玉ねぎ・白菜・ 人参・出汁・片栗粉・さつま 芋・きゅうり・豆腐・味噌・み かん	かゆペースト 大根・人參ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・大根・人參・さつま 芋・豆腐・みかん	かゆペースト 玉ねぎ・白菜ペースト じやが芋・人參ペースト 豆腐ペースト・フルーツ	かゆペースト 玉ねぎ・白菜・じや が芋・人参	かゆ・玉ねぎ・白菜・じや が芋・人参

離乳食 曜日	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
	かゆ	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	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・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	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	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・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	おかゆ・玉ねぎ・トマト・小松菜・かぶ	かゆペースト	おかゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・バナナ
16 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	白系タラと人参のだし煮 キャベツともやしのやわらか煮 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	かゆ	白系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(バナ)	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	かゆペースト	かゆペースト キャベツペースト かぼちゃペースト・バナナ
17 土	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・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 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆ	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 みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・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 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆ	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 みそ汁	かゆペースト	ほうれん草ペースト 豆腐・白菜・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋・大根ペースト
18 日	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・かぶ・味噌 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜の玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参・かぶ・味噌 さつま芋と人参のサラダ みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖 みそ汁	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	かゆペースト	かゆペースト チングン菜・玉ねぎ・人参
19 月	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃのほり・大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆ	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 みそ汁	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・かぼちゃのほり・大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・りんご みそ汁	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	かゆペースト	かゆ・豆腐・玉ねぎ・ほうれん草・人参
20 火	かゆ	くたくた鶏うどん じやが芋とブロッコリー みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・ブロッコリー・チングン菜・味噌 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆ	くたくた鶏うどん じやが芋とブロッコリー みそ汁	かゆ	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・ブロッコリー・チングン菜・味噌 みそ汁	かゆペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・じやが芋・ブロッコリー・チングン菜 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	かゆ・人参・小松菜・かぶ・オレンジ
21 水	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・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 みそ汁	かゆ	おかゆ・鶏肉・野菜のやわらか煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・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 みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大根・焼ふ・味噌 みそ汁	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	かゆペースト	かゆ・白菜・人参・大根
22 木	かゆ	おかゆ・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	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・かぼちゃ・なす・出し汁・醤油・みかん みそ汁・フルーツ(みか)	かゆ	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 みそ汁・フルーツ(みか)	かゆ	おかゆ・鶏肉・じやが芋・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 みそ汁・フルーツ(みか)	かゆペースト	じやが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・チングン菜 トマトペースト チングン菜ペースト	かゆペースト	かゆ・玉ねぎ・トマト・かぼちゃん・みかん
23 金	かゆ	おかゆ・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	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ 豆腐とほうれん草のコト さつま芋のマッシュ	かゆ	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ 豆腐とほうれん草のコト さつま芋のマッシュ	かゆ	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・バナナ さつま芋のマッシュ	かゆペースト	豆腐ペースト さつま芋のマッシュ バナナペースト	かゆペースト	かゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋
24 土	かゆ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎのみぞ煮 大根サラダ すまし汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜のソーメン・醤油 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・ヨーグルト	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・チングン菜・出し汁・かぶ・人参・片栗粉・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖 かぶと人参のとろとろ煮 みそ汁・ヨーグルト	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根サラダ みそ汁	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	かゆペースト	かゆ・チングン菜・かぶ・人参・キャベツ
25 日	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・白菜・玉ねぎ・人参・カットトマト さつま芋のマッシュ みそ汁	かゆ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じやが芋・豆腐・ワカメ・味噌 みそ汁	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	かゆペースト	かゆ・ほうれん草・人参・じやが芋・豆腐
26 月	かゆ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チングン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ 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	おかゆ・シロイトタラ・小松菜のだし 白糸タラと小松菜のだし きゅうりサラダ フルーツ(オレンジ)	かゆ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チングン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ 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	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・チングン菜・人参・豆乳・水・精製塩・きゅうり・オレンジ 白糸タラと小松菜のだし 玉ねぎと人参のやわらか煮 スープ	かゆペースト	かぼちゃ・チングン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	かゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・大根
27 火	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋のはり・キャベツと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋のはり・キャベツ・人参・豆腐・ワカメ・味噌・りんご 白菜とトマトのサラダ みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋・出汁・味噌・白菜・トマト・さつま芋・焼ふ・醤油 みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・じやが芋・出汁・味噌・白菜・トマト・さつま芋・焼ふ・醤油 みそ汁・フルーツ(りんご)	かゆペースト	じやが芋ペースト 白菜・トマトペースト 豆腐ペースト・りんごペースト	かゆペースト	かゆ・玉ねぎ・白菜・トマト・さつま芋
28 水	かゆ	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チングン菜・人参・ソーメン 鶏肉と野菜のやわらか煮 チングン菜と人参のサラダ すまし汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・小松菜のぐたん かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆ	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チングン菜・人参・ソーメン 鶏肉と野菜のやわらか煮 チングン菜と人参のサラダ すまし汁	かゆ	おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チングン菜・人参・ソーメン 白糸タラと小松菜のぐたん かぶと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	玉ねぎペースト オレンジペースト フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	かゆ・小松菜・かぶ・人参・玉ねぎ・オレンジ
29 木	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みか)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みか)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みか)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・大根・人参・出し汁・さつま芋・きゅうり・豆腐・味噌・みかん 助宗タラと野菜のだし煮 さつま芋ときゅうりのサラダ みそ汁・フルーツ(みか)	かゆペースト	大根・人参ペースト さつま芋ペースト 豆腐ペースト・フルーツ(みか)	かゆペースト	かゆ・玉ねぎ・白菜・じゃが芋・人参・大根
30 金	かゆ	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 小松菜サラダ みそ汁	かゆ	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・キャベツ・もやし・かぼちゃ・ワカメ・味噌・バナナ 白糸タラと人参のだし煮 小松菜サラダ みそ汁・フルーツ(バナ)	かゆ	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 小松菜サラダ みそ汁	かゆ	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 小松菜サラダ みそ汁	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	かゆペースト	かゆ・人参・キャベツ・かぼちゃ・バナナ
31 土	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ 助宗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(オレンジ)	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌 みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌 みそ汁	かゆ	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・人参・片栗粉・花ふ・味噌・オレンジ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうり・人参・じゃが芋・大根・味噌 みそ汁	かゆペースト	ほうれん草ペースト 豆腐・白菜・人参ペースト フルーツ(オレンジ)	かゆペースト	かゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・じゃが芋・大根

