



離乳食	曜日	後期 (9~11ヶ月)		中期 (7~8ヶ月)		初期 (5~6ヶ月)		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	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧			昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	昼	使用食材一覧				
1	日	保育園お休み												16	月	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ 豆乳スープ	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ ピーマン・出し汁・砂糖・ 醤油・かぼちゃ・ キャベツ・コーン・豆 乳・水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ ピーマン・出し汁・砂 糖・醤油・かぼちゃ・ キャベツ・コーン・豆 乳・水	かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペースト キャベツコーンの豆乳ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼ ちゃ・キャベツ・コー ン・豆乳・水
2	月	かゆ 白菜タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 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・鶏肉・ 大根・人参・醤油・砂 糖・玉子・味噌・オン ジ	かゆ 白菜タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 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・鶏肉・ 大根・人参・醤油・砂 糖・玉子・味噌・オン ジ	かゆペースト 白菜タラ・小松菜・大根・人 参・オレンジ	おかゆ・シロイトタ ラ・小松菜・大根・人 参・オレンジ	17	火	かゆ 鮭とチンゲン菜のくたくた煮 鶏肉とブロッコリーの煮物 みそ汁	おかゆ・鮭・チンゲン 菜・出し汁・鶏肉・フ ロッキー・人参・砂 糖・醤油・玉ねぎ・焼 ひ・味噌	かゆ 鮭とチンゲン菜のくたくた煮 鶏肉とブロッコリーの煮物 みそ汁	おかゆ・鮭・チンゲン 菜・出し汁・鶏肉・フ ロッキー・人参・砂 糖・醤油・玉ねぎ・焼 ひ・味噌	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉 ねぎ・ブロッコリー・人 参						
3	火	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草とごぼうのサラダ	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ じゃが芋・人参・牛乳・ 水・精製塩・ほうれん 草・ごぼう	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ じゃが芋・人参・牛乳・ 水・精製塩・ほうれん草	かゆペースト 玉ねぎ・じゃが芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃ が芋・人参・ほうれん 草	18	水	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・ 玉ねぎ・出し汁・砂糖・ 醤油・大根・人参・キャ ベツ・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・ 玉ねぎ・出し汁・砂糖・ 醤油・大根・人参・キャ ベツ・味噌	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 人参・大根・キャベツペースト	おかゆ・小松菜・玉ね ぎ・人参・大根・キャベ ツ						
4	水	かゆ 豚肉と野菜のくたくた煮 コーンと玉ねぎのコトコト煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・豚肉・人参・ キャベツ・出し汁・砂 糖・醤油・とうもろこ し・玉ねぎ・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 コーンと玉ねぎのコトコト煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・人参・ キャベツ・出し汁・砂 糖・醤油・とうもろこ し・玉ねぎ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・コーンペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・とう もろこし・キャベツ・ 人参・バナナ	19	木	かゆ 豆腐と豚肉の玉子とし煮 さつま芋のマッシュ スープ	おかゆ・豆腐・豚肉・玉 ねぎ・ほうれん草・玉 子・出し汁・醤油・砂 糖・さつま芋・人参・ワ カメ・水	かゆ 豆腐と豚肉の玉子とし煮 さつま芋のマッシュ スープ	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉 ねぎ・ほうれん草・玉 子・出し汁・醤油・砂 糖・さつま芋・人参・ワ カメ・水	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草・豆 腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれ ん草・豆腐・さつま芋・ 人参						
5	木	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 大豆と野菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッ コリー・トマト・水・精製 塩・大豆・人参・ごぼ う・出し汁・焼ひ・味噌	かゆ 鶏肉とブロッコリーのトマト煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッ コリー・トマト・水・精製 塩・人参・出し汁・焼 ひ・味噌	かゆペースト トマト・ブロッコリーペースト	おかゆ・トマト・フ ロッキー・人参	20	金	かゆ 鶏肉と大根のやわらか煮 かぼちゃときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・大根・出 し汁・砂糖・醤油・かほ ちゃ・きゅうり・白菜・ 玉ねぎ・水	かゆ 鶏肉と大根のやわらか煮 かぼちゃときゅうりのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・大根・出 し汁・砂糖・醤油・かほ ちゃ・きゅうり・白菜・ 玉ねぎ・水	かゆペースト 大根ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・大根・かほ ちゃ・白菜・玉ねぎ						
6	金	かゆ カラスカレイの野菜煮 小松菜とコーンのサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・ 玉ねぎ・パプリカ赤・ ピーマン・出し汁・小松 菜・人参・コーン・玉 子・味噌・ヨーグルト	かゆ カラスカレイの野菜煮 小松菜とコーンのサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・ 玉ねぎ・パプリカ赤・ ピーマン・出し汁・小松 菜・人参・コーン・玉 子・味噌・ヨーグルト	かゆペースト カラスカレイ・玉ねぎペースト	おかゆ・カラスカレ イ・玉ねぎ・小松菜・ 人参・コーン・ヨーグ ルト	21	土	お弁当日											
7	土	お弁当日												22	日	保育園お休み					
8	日	山の日												23	月	かゆ 白菜タラとさつま芋のやわらか煮 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ さつま芋・出し汁・鶏 肉・キャベツ・人参・砂 糖・醤油・焼ひ・ごぼ う・味噌・オレンジ	かゆ 白菜タラとさつま芋のやわらか煮 鶏肉とキャベツの煮物 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ さつま芋・出し汁・鶏 肉・キャベツ・人参・砂 糖・醤油・焼ひ・味噌・ オレンジ	かゆペースト 白菜タラ・さつま芋ペースト キャベツ・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ さつま芋・キャベツ・人 参・オレンジ
9	月	振替休日												24	火	かゆ 豚肉と野菜のやわらか煮 すまし汁 フルーツ (梨)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ ブロッコリー・人参・イ ンゲン・出し汁・砂糖・ 醤油・小松菜・しめじ・ 梨	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 すまし汁 フルーツ (梨)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ ブロッコリー・人参・イ ンゲン・出し汁・砂糖・ 醤油・小松菜・梨	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリー・人参ペースト 小松菜・人参ペースト 梨ペースト	おかゆ・玉ねぎ・フロ ッキー・インゲン・小松 菜・人参・梨
10	火	お弁当日												25	水	かゆ 鶏肉のトマト煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・ 水・精製塩・大根・玉ね ぎ・花ひ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉のトマト煮 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・ 水・精製塩・大根・玉ね ぎ・花ひ・出し汁・味噌	かゆペースト トマト・玉ねぎペースト 大根ペースト	おかゆ・トマト・玉ね ぎ・大根
11	水	お弁当日												26	木	かゆ カラスカレイとほうれん草のくたくた煮 大豆と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・ ほうれん草・出し汁・大 豆・人参・インゲン・こ ぼろ・味噌・ヨーグル ト・砂糖	かゆ カラスカレイとほうれん草のくたくた煮 人参のだし煮 ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・ ほうれん草・出し汁・人 参・インゲン・ヨーグ ルト・砂糖	かゆペースト カラスカレイ・ほうれん草ペースト 人参・インゲンペースト ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・ ほうれん草・人参・イン ゲン・ヨーグルト
12	木	お弁当日												27	金	しらすかゆ 豚肉と玉ねぎの煮物 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・しらす干し・豚 肉・玉ねぎ・ピーマン・ 出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・ワカメ・味噌	しらすかゆ 鶏肉と玉ねぎの煮物 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・しらす干し・鶏 肉・玉ねぎ・ピーマン・ 出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・ワカメ・味噌	しらすかゆペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・しらす干し・玉 ねぎ・大根・人参
13	金	お弁当日												28	土	お弁当日					
14	土	お弁当日												29	日	保育園お休み					
15	日	保育園お休み												30	月	かゆ 白菜タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 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・鶏肉・ 大根・人参・醤油・砂 糖・玉子・味噌・オン ジ	かゆ 白菜タラと小松菜のくたくた煮 鶏肉と大根のだし煮 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・鶏肉・ 大根・人参・醤油・砂 糖・玉子・味噌・オン ジ	かゆペースト 白菜タラ・小松菜ペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・ 小松菜・大根・人参・オ レンジ
								31	火	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草とごぼうのサラダ	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ じゃが芋・人参・牛乳・ 水・精製塩・ほうれん 草・ごぼう	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 ほうれん草のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ じゃが芋・人参・牛乳 水・精製塩・ほうれん 草	かゆペースト 玉ねぎ・じゃが芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが 芋・人参・ほうれん草						