



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
1	月	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・かぶ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・かぶ・なす・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・かぶ	16	火	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆペースト 豆腐の野菜ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご
2	火	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆペースト 豆腐の野菜ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご	17	水	かゆ 豚肉と大豆のミルク煮 キャベツともやしらのサラダ フルーツ (柿)	おかゆ・豚肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・大豆・牛乳・水・精製塩・キャベツ・もやし・きゅうり・柿	かゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 キャベツときゅうりのサラダ フルーツ (柿)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・牛乳・水・精製塩・キャベツ・きゅうり・柿	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ
3	水	文化の日						18	木	かゆ 白糸タラと人参のみそ煮 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・味噌・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・砂糖・醤油・さつま芋・えのき茸・ヨーグルト	かゆ 白糸タラと人参のみそ煮 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・味噌・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・砂糖・醤油・さつま芋・えのき茸・ヨーグルト	かゆペースト 白糸タラ・人参ペースト ブロッコリー・玉ねぎペースト さつま芋ペースト・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・ブロッコリー・玉ねぎ・さつま芋・ヨーグルト
4	木	かゆ 白糸タラと人参のみそ煮 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・味噌・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・砂糖・醤油・さつま芋・えのき茸・ヨーグルト	かゆ 白糸タラと人参のみそ煮 鶏肉とブロッコリーのやわらか煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・出し汁・味噌・鶏肉・ブロッコリー・玉ねぎ・砂糖・醤油・さつま芋・えのき茸・ヨーグルト	かゆペースト 白糸タラ・人参ペースト ブロッコリー・玉ねぎペースト さつま芋ペースト・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・人参・ブロッコリー・玉ねぎ・さつま芋・ヨーグルト	19	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 鶏肉とじゃが芋のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・豚肉・じゃが芋・人参・砂糖・醤油・玉子・焼肉・味噌・オレンジ	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 鶏肉とじゃが芋のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・出し汁・豚肉・じゃが芋・人参・砂糖・醤油・玉子・焼肉・味噌・オレンジ	かゆペースト カラスカレイ・玉ねぎペースト じゃが芋・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・じゃが芋・人参・オレンジ
5	金	かゆ 鶏肉と豆腐のコトコト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・小松菜・ごぼう・味噌	かゆ 鶏肉と豆腐のコトコト煮 キャベツと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・小松菜・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐ペースト キャベツ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・キャベツ・人参・小松菜	20	土	お弁当日					
6	土	お弁当日						21	日	保育園お休み					
7	日	保育園お休み						22	月	コーンかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・コーン・鶏肉・玉ねぎ・さつま芋・人参・ブロッコリー・牛乳・水・精製塩・ほうれん草・トマト・オレンジ	コーンかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・コーン・鶏肉・玉ねぎ・さつま芋・人参・ブロッコリー・牛乳・水・精製塩・ほうれん草・トマト・オレンジ	コーンかゆペースト さつま芋・人参ペースト 玉ねぎペースト ほうれん草ペースト トマトペースト	おかゆ・コーン・さつま芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・ほうれん草・トマト・オレンジ
8	月	コーンかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・コーン・鶏肉・玉ねぎ・さつま芋・人参・ブロッコリー・牛乳・水・精製塩・ほうれん草・トマト・オレンジ	コーンかゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 ほうれん草とトマトのサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・コーン・鶏肉・玉ねぎ・さつま芋・人参・ブロッコリー・牛乳・水・精製塩・ほうれん草・トマト・オレンジ	コーンかゆペースト さつま芋・人参ペースト 玉ねぎペースト ほうれん草ペースト トマトペースト	おかゆ・コーン・さつま芋・人参・玉ねぎ・ブロッコリー・ほうれん草・トマト・オレンジ	23	火	勤労感謝の日					
9	火	かゆ 助産タラと野菜のだし煮 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (柿)	おかゆ・スケソウタラ・れんこん・かぼちゃ・ピーマン・出し汁・豚肉・チンゲン菜・人参・砂糖・醤油・豆腐・ごぼう	かゆ 助産タラと野菜のだし煮 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (柿)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・ピーマン・出し汁・鶏肉・チンゲン菜・人参・砂糖・醤油・豆腐・味噌・柿	かゆペースト 助産タラ・かぼちゃペースト チンゲン菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・チンゲン菜・人参・豆腐	24	水	かゆ 大豆と野菜のトマト煮 スープ	おかゆ・大豆・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・水・精製塩・カリフラワー・きゅうり・玉子・人参	かゆ 野菜のトマト煮 スープ	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・水・精製塩・カリフラワー・きゅうり・玉子・人参	かゆペースト 野菜のトマトペースト スープペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・カリフラワー・人参
10	水	かゆ 大豆と野菜のトマト煮 もやしときゅうりのサラダ スープ・フルーツ (バナナ)	おかゆ・大豆・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・水・精製塩・もやし・きゅうり・玉子・人参・バナナ	かゆ 大豆と野菜のトマト煮 もやしときゅうりのサラダ スープ・フルーツ (バナナ)	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・水・精製塩・きゅうり・玉子・人参・バナナ	かゆペースト 野菜のトマトペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・カットトマトパック・人参・バナナ	25	木	かゆ 豚肉とチンゲン菜のくたくた煮 人参とごぼうのだし煮 みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・ごぼう・インゲン・さつま芋・焼肉・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 人参とインゲンのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・インゲン・さつま芋・焼肉・味噌	かゆペースト 鶏肉とチンゲン菜ペースト 人参ペースト インゲンペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・インゲン・さつま芋
11	木	かゆ 豚肉とチンゲン菜のくたくた煮 人参とごぼうのだし煮 みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・ごぼう・インゲン・さつま芋・焼肉・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた煮 人参とインゲンのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・出し汁・砂糖・醤油・人参・インゲン・さつま芋・焼肉・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 人参ペースト インゲンペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・インゲン・さつま芋	26	金	かゆ 豚肉と豆腐のトマト煮 すまし汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・豚肉・豆腐・キャベツ・トマト・しめじ・玉ねぎ・水・精製塩・大根・玉子・出し汁・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮 すまし汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・豆腐・キャベツ・トマト・玉ねぎ・水・精製塩・大根・玉子・出し汁・醤油・バナナ	かゆペースト 豆腐の野菜ペースト 大根ペースト バナナペースト	おかゆ・豆腐・トマト・キャベツ・玉ねぎ・大根・バナナ
12	金	コーンかゆ 豚肉と豆腐のトマト煮 キャベツときゅうりのサラダ すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・コーン・豚肉・豆腐・トマト・玉ねぎ・人参・水・精製塩・キャベツ・きゅうり・大根・玉子・出し汁・醤油・バナナ	コーンかゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮 キャベツときゅうりのサラダ すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・コーン・鶏肉・豆腐・トマト・玉ねぎ・人参・水・精製塩・キャベツ・きゅうり・大根・玉子・出し汁・醤油・バナナ	コーンかゆペースト 豆腐の野菜ペースト キャベツ・大根ペースト バナナペースト	おかゆ・コーン・豆腐・トマト・玉ねぎ・人参・キャベツ・大根・バナナ	27	土	お弁当日					
13	土	お弁当日						28	日	保育園お休み					
14	日	保育園お休み						29	月	かゆ 鮭とほうれん草のミルク煮 白菜のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鮭・玉ねぎ・ほうれん草・牛乳・水・精製塩・白菜・人参・インゲン・出し汁・味噌・オレンジ	かゆ 鮭とほうれん草のミルク煮 白菜のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鮭・玉ねぎ・ほうれん草・牛乳・水・精製塩・白菜・人参・インゲン・出し汁・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 白菜ペースト 人参ペースト インゲンペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・白菜・人参・インゲン・オレンジ
15	月	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・かぶ・なす・味噌	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・かぶ・なす・味噌	かゆペースト 人参・玉ねぎペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・かぶ	30	火	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 さつま芋のマッシュ すまし汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・りんご	かゆペースト 豆腐の野菜ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご

※離乳食では、小麦粉・卵を園で除去しています