



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
1	水	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・白菜・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・白菜・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・人参・玉ねぎペースト 白菜ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・白菜・オレンジ	16	木	人参かゆ 白菜タラとさつまいものほくほく煮 大根とチンゲン菜のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・人参・シロイタタラ・さつまいも・出し汁・大根・チンゲン菜・玉子・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参かゆ 白菜タラとさつまいものほくほく煮 大根とチンゲン菜のサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・人参・シロイタタラ・さつまいも・出し汁・大根・チンゲン菜・玉子・味噌・ヨーグルト・砂糖	人参かゆペースト 白菜ペースト 大根・チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・シロイタタラ・さつまいも・出し汁・大根・チンゲン菜・玉子・味噌・ヨーグルト・砂糖	
2	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・ブロッコリー・人参・ワカメ・豆腐	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・ブロッコリー・人参・ワカメ・豆腐	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・豆腐	17	金	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 きゅうりと人参のサラダ スープ	おかゆ・豆腐・鶏肉・出し汁・味噌・片栗粉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン・水	かゆ 豆腐と鶏肉のどろどろ煮 きゅうりと人参のサラダ スープ	おかゆ・豆腐・鶏肉・出し汁・味噌・片栗粉・きゅうり・人参・玉ねぎ・コーン・水	かゆペースト 豆腐・人参ペースト 玉ねぎ・コーンペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・コーン	
3	金	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 豚肉と人参のやわらか煮 すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・パプリカ赤・出し汁・豚肉・人参・砂糖・醤油・焼心・しめじ・バナナ	かゆ カラスカレイと玉ねぎのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・パプリカ赤・出し汁・鶏肉・人参・砂糖・醤油・焼心・バナナ	かゆペースト カラスカレイ・玉ねぎペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・カラスカレイ・玉ねぎ・人参・バナナ	18	土	カレー フルーツ (オレンジ)	人参・じゃが芋・玉ねぎ・砂糖・豚肉・カレー粉・おかゆ・オレンジ	カレー フルーツ (オレンジ)	人参・じゃが芋・玉ねぎ・砂糖・豚肉・カレー粉・おかゆ・オレンジ			
4	土	うどん おかゆ	うどん・人参・玉ねぎ・大根・玉子・醤油・砂糖・だし汁・おかゆ	うどん おかゆ	うどん・人参・玉ねぎ・大根・玉子・醤油・砂糖・だし汁・おかゆ			19	日	保育園お休み						
5	日	保育園お休み						20	月	かゆ 鮭と野菜のだし煮 鶏肉とかぼちゃの豆乳煮 スープ	おかゆ・鮭・ほうれん草・人参・出し汁・鶏肉・かぼちゃ・豆乳・精製塩・水・玉ねぎ・ワカメ	かゆ 鮭と野菜のだし煮 鶏肉とかぼちゃの豆乳煮 スープ	おかゆ・鮭・ほうれん草・人参・出し汁・鶏肉・かぼちゃ・豆乳・精製塩・水・玉ねぎ・ワカメ	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト かぼちゃペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・かぼちゃ・玉ねぎ	
6	月	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・大根・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 小松菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・玉子・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 小松菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・小松菜・大根	21	火	かゆ 豚肉と野菜の玉子とじ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・ブロッコリー・パプリカ赤・玉子・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・えのき豆・味噌	かゆ 鶏肉と野菜の玉子とじ煮 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・パプリカ赤・玉子・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・人参・豆腐	
7	火	鶏肉とトマトのくたくたうどん さつまいもサラダ フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・白菜・トマト・コーン・出し汁・醤油・砂糖・さつまいも・きゅうり・オレンジ	うどん さつまいもサラダ フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・白菜・トマト・コーン・出し汁・醤油・砂糖・さつまいも・きゅうり・オレンジ	うどんペースト 白菜・トマト・コーンペースト さつまいもペースト フルーツ (オレンジ)	うどん・白菜・トマト・コーン・さつまいも・オレンジ	22	水	かゆ 豚肉とキャベツのくたくた煮 おふの玉子とじ煮 みそ汁	おかゆ・豚肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・焼心・玉ねぎ・人参・玉子・小松菜・じゃが芋・味噌	かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 おふの玉子とじ煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・焼心・玉ねぎ・人参・玉子・小松菜・じゃが芋・味噌	かゆペースト キャベツペースト 玉ねぎ・人参ペースト が芋ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・小松菜・じゃが芋	
8	水	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・鶏肉・人参・砂糖・醤油・なす・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし煮 鶏肉と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・鶏肉・人参・砂糖・醤油・なす・味噌・バナナ	かゆペースト 助宗タラ・玉ねぎペースト バナナペースト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・バナナ	23	木	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のだし煮 豚肉とさつまいものほくほく煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・豚肉・さつまいも・砂糖・醤油・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト	かゆ カラスカレイとチンゲン菜のだし煮 鶏肉とさつまいものほくほく煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・出し汁・鶏肉・さつまいも・砂糖・醤油・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト	かゆペースト チンゲン菜ペースト さつまいもペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・カラスカレイ・チンゲン菜・さつまいも・玉ねぎ	
9	木	かゆ 玉子かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉子・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ほうれん草・コーン・きゅうり・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 玉子かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 白菜のサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・玉子・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ほうれん草・コーン・きゅうり・かぼちゃ・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉子ペースト 人参ペースト 白菜・コーンペースト かぼちゃペースト・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・白菜・コーン・かぼちゃ・オレンジ	24	金	かゆ 豆腐と鶏肉のコトコト煮 ブロッコリーと人参のサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・ソーメン	かゆ 豆腐と鶏肉のコトコト煮 ブロッコリーと人参のサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー・人参・ソーメン	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐ペースト ブロッコリー・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・ブロッコリー・人参	
10	金	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 豚肉と大根のどろみ煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・小松菜・玉子・出し汁・豚肉・大根・砂糖・醤油・片栗粉・焼心・味噌・バナナ	かゆ 小松菜の玉子とじ煮 鶏肉と大根のどろみ煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・小松菜・玉子・出し汁・鶏肉・大根・砂糖・醤油・片栗粉・焼心・味噌・バナナ	かゆペースト 小松菜ペースト 大根ペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・大根・バナナ	25	土	かゆ ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	スパゲッティ・玉ねぎ・人参・トマトペースト・豚肉・砂糖・ゆんごペースト・食塩・バナナ	かゆ ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	スパゲッティ・玉ねぎ・人参・トマトペースト・豚肉・砂糖・ゆんごペースト・食塩・バナナ			
11	土	親子丼 フルーツ (りんご)	おかゆ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・鶏肉・かつお昆布だし・玉子・醤油・砂糖・りんご	親子丼 フルーツ (りんご)	おかゆ・玉ねぎ・人参・さやいんげん・鶏肉・かつお昆布だし・玉子・醤油・砂糖・りんご			26	日	保育園お休み						
12	日	保育園お休み						27	月	かゆ 助宗タラのトマト煮 豚肉と豆腐のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・豆腐・豚肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・白菜・味噌	かゆ 助宗タラのトマト煮 豚肉と豆腐のコトコト煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・豆腐・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・玉ねぎ・白菜・味噌	かゆペースト 助宗タラのトマトペースト 豆腐・ブロッコリーペースト 玉ねぎ・白菜ペースト・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・豆腐・ブロッコリー・玉ねぎ・白菜・オレンジ	
13	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草とコーンのサラダ みるくスープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・コーン・じゃが芋・人参・牛乳・水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ほうれん草とコーンのサラダ みるくスープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ピーマン・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・コーン・じゃが芋・人参・牛乳・水	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・コーンペースト じゃが芋・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・コーン・じゃが芋・人参	28	火	かゆ 豚肉とキャベツのみそ煮 さつまいものマッシュ すまし汁	おかゆ・豚肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・さつまいも・焼心・醤油	かゆ 鶏肉とキャベツのみそ煮 さつまいものマッシュ すまし汁	おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・味噌・さつまいも・焼心・醤油	かゆペースト キャベツ・人参ペースト さつまいもペースト	おかゆ・キャベツ・人参・さつまいも	
14	火	かゆ 鮭と人参のだし煮 玉ねぎとチンゲン菜の玉子とじ煮 みそ汁	おかゆ・鮭・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・玉子・砂糖・醤油・大根・ワカメ・味噌	かゆ 鮭と人参のだし煮 玉ねぎとチンゲン菜の玉子とじ煮 みそ汁	おかゆ・鮭・人参・出し汁・玉ねぎ・チンゲン菜・玉子・砂糖・醤油・大根・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・チンゲン菜・大根	29	水	かゆ 豚肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・白菜・オレンジ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のミルク煮 白菜のサラダ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・じゃが芋・人参・牛乳・水・精製塩・白菜・オレンジ	かゆペースト じゃが芋・人参・玉ねぎペースト 白菜ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・じゃが芋・人参・玉ねぎ・白菜・オレンジ	
15	水	かゆ 鶏肉と野菜の玉子とじ煮 豆乳スープ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・コーン・人参・玉子・出し汁・精製塩・小松菜・しめじ・豆乳・水・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜の玉子とじ煮 豆乳スープ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・コーン・人参・玉子・出し汁・精製塩・小松菜・しめじ・豆乳・水・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・コーン・人参ペースト 小松菜ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・コーン・人参・小松菜・バナナ	30	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・ブロッコリー・人参・ワカメ・豆腐	かゆ 鶏肉とかぼちゃのミルク煮 ブロッコリーと人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・牛乳・水・精製塩・ブロッコリー・人参・ワカメ・豆腐	かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・豆腐	