



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	金	かゆ 豚肉と人参のやわらか煮 白菜の玉子サラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉子・もやし・味噌	かゆ 鶏肉と人参のやわらか煮 白菜の玉子サラダ	おかゆ・鶏肉・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・玉子	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜	16	土	親子丼 フルーツ (りんご)	玉子・鶏肉・玉ねぎ・だし汁・醤油・りんご	親子丼 フルーツ (りんご)	玉子・鶏肉・玉ねぎ・だし汁・醤油・りんご		
2	土	ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	トマト・豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・コンソメ・バナナ	ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	トマト・豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・コンソメ・バナナ			17	日	保育園お休み					
3	日	保育園お休み						18	月	かゆ 玉ねぎの玉子とし煮 みそ汁	おかゆ・玉ねぎ・玉子・出し汁・鶏肉・ブロッコリー・人参・砂糖・醤油・大根・味噌	かゆ 玉ねぎの玉子とし煮 みそ汁	おかゆ・玉ねぎ・玉子・出し汁・鶏肉・ブロッコリー・人参・砂糖・醤油・大根・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・大根
4	月	かゆ カラスカレイのトマト煮 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・カットトマトパック・水・精製塩・豚肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまみそ汁	かゆ カラスカレイのトマト煮 鶏肉とほうれん草のくたくた煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・カラスカレイ・カットトマトパック・水・精製塩・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまみそ汁	かゆペースト カラスカレイのトマト煮ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト さつまみそ汁	おかゆ・カラスカレイ・カットトマトパック・ほうれん草・玉ねぎ・さつまみそ汁・オレンジ	19	火	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鮭・白菜・出し汁・豆腐・きゅうり・玉子・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆ 鮭と白菜のくたくた煮 みそ汁	おかゆ・鮭・白菜・出し汁・豆腐・きゅうり・玉子・かぼちゃ・ワカメ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト 豆腐ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・白菜・豆腐・かぼちゃ
5	火	かゆ 豚肉とキャベツのやわらか煮 じゃが芋のサラダ みるくスープ	おかゆ・豚肉・キャベツ・パプリカ赤・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・コン・玉ねぎ・人参	かゆ 鶏肉とキャベツのやわらか煮 じゃが芋のサラダ みるくスープ	おかゆ・鶏肉・キャベツ・グリーンアスパラ・パプリカ赤・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・コン・玉ねぎ・人参	かゆペースト キャベツペースト じゃが芋・コンペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・キャベツ・じゃが芋・コン・玉ねぎ・人参	20	水	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・味噌・大根・人参・焼肉・玉ねぎ・醤油	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ煮 大根と人参のサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・出し汁・味噌・大根・人参・焼肉・玉ねぎ・醤油	かゆペースト チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・大根・人参・玉ねぎ
6	水	かゆ 豚肉のトマト煮 もやしと小松菜のサラダ ヨーグルト	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・もやし・小松菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉のトマト煮 小松菜と人参のサラダ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・カットトマトパック・水・精製塩・小松菜・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎのトマト煮ペースト 小松菜・人参ペースト ヨーグルト	おかゆ・玉ねぎ・カットトマトパック・小松菜・人参・ヨーグルト	21	木	かゆ 豆腐と豚肉のやわらか煮 きゅうりとコンのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・豚肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・醤油・きゅうり・コン・キャベツ・味噌	かゆ 豆腐と鶏肉のやわらか煮 きゅうりとコンのサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・コン・キャベツ・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト キャベツ・コンペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・キャベツ・コン
7	木	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 白菜とわかめのサラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほく煮 白菜とわかめのサラダ	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・白菜	22	金	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ赤・出し汁・さつま芋・玉子・もやし・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 白糸タラと玉ねぎのだし煮 さつま芋のマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・ピーマン・パプリカ赤・出し汁・さつま芋・玉子・もやし・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 白糸タラ・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・玉ねぎ・さつま芋・ヨーグルト
8	金	人参かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・スパゲエド・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・花ふ・味噌・バナナ	人参かゆ 鶏肉とキャベツのくたくた煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・花ふ・味噌・バナナ	人参かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 大根・チンゲン菜ペースト バナナペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・キャベツ・大根・チンゲン菜・バナナ	23	土	カレー フルーツ (オレンジ)	人参・じゃが芋・玉ねぎ・豚肉・大根・チンゲン菜・バナナ	カレー フルーツ (オレンジ)	人参・じゃが芋・玉ねぎ・豚肉・大根・チンゲン菜・バナナ		
9	土	うどん おにぎり	うどん・揚げ・わかめ・だし汁・おかか	うどん おにぎり	うどん・揚げ・わかめ・だし汁・おかか			24	日	保育園お休み					
10	日	保育園お休み						25	月	かゆ 豚肉と白菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・豚肉・白菜・インゲン・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・焼肉・ほうれん草・味噌	かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・インゲン・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・焼肉・ほうれん草・味噌	かゆペースト 白菜・人参・インゲンペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・白菜・人参・インゲン・ほうれん草
11	月	かゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 トマトとブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛乳・水・精製塩・トマト・ブロッコリー	かゆ 鶏肉と野菜のミルク煮 トマトとブロッコリーのサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・じゃが芋・牛乳・水・精製塩・トマト・ブロッコリー	かゆペースト 玉ねぎ・じゃが芋・人参ペースト トマト・ブロッコリーペースト	おかゆ・玉ねぎ・じゃが芋・人参・トマト・ブロッコリー	26	火	お弁当の日 (春の遠足)					
12	火	かゆ 白糸タラと小松菜のみそ煮 豆腐のそぼろ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・豚肉・玉ねぎ・人参・醤油・砂糖・片栗粉・玉子・大根・オレンジ	かゆ 白糸タラと小松菜のみそ煮 豆腐のそぼろ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・出し汁・味噌・豆腐・鶏肉・玉ねぎ・人参・醤油・砂糖・片栗粉・玉子・大根・オレンジ	かゆペースト 白糸タラ・小松菜ペースト 豆腐の野菜ペースト 大根ペースト・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・小松菜・豆腐・玉ねぎ・人参・大根・オレンジ	27	水	かゆ カラスカレイとブロッコリーのだし煮 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・カラスカレイ・ブロッコリー・人参・出し汁・鶏肉・もやし・砂糖・醤油・じゃが芋・味噌	かゆ カラスカレイとブロッコリーのだし煮 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・カラスカレイ・ブロッコリー・人参・出し汁・鶏肉・ピーマン・砂糖・醤油・じゃが芋・味噌	かゆペースト カラスカレイ・ブロッコリー・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・カラスカレイ・ブロッコリー・人参・じゃが芋
13	水	かゆ 豚肉と野菜の玉子とし煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・人参・玉子・出し汁・砂糖・醤油・白菜・しめじ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜の玉子とし煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・玉子・出し汁・砂糖・醤油・白菜・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜・バナナ	28	木	かゆ 豚肉の玉子とし煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豚肉・玉ねぎ・玉子・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・花ふ・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉の玉子とし煮 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・玉子・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・花ふ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参
14	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのトマト煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とかぼちゃのトマト煮 スープ ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・人参・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃ・トマトペースト 人参ペースト ヨーグルト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・トマト・人参・ヨーグルト	29	金	昭和の日					
15	金	かゆ 鶏肉と豆腐のとろとろ煮 キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・人参・小松菜・しめじ・バナナ	かゆ 鶏肉と豆腐のとろとろ煮 キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・キャベツ・人参・小松菜・バナナ	かゆペースト 豆腐・玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト 小松菜ペースト・バナナペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・キャベツ・人参・小松菜・バナナ	30	土	ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	トマト・豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・コンソメ・バナナ	ミートスパゲッティ フルーツ (バナナ)	トマト・豚肉・人参・ピーマン・玉ねぎ・コンソメ・バナナ		