

		後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)			
離乳食曜日		昼		夕		昼		夕		昼		夕	
		使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	使用食材一覧	
1	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくた カリフラワーサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくた カリフラワーサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のやわらか煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参 カリフラワーペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・カリフラワー	かゆペースト キャベツペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・キャベツ・大根・人参・玉ねぎ
2	日	かゆ 助宗タラと大豆のトマト アスパラサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大豆・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・アスパラ・冬瓜・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・れんこん・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト アスパラサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・アスパラ・冬瓜・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・豆腐
3	月	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた かぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮 かぶと人参のだし煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた かぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮 かぶと人参のだし煮	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁	かゆペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー 玉ねぎ・大根ペースト	おかゆ・小松菜・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参
4	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほ キャベツと人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参・れんこん・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 チンゲン菜と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・冬瓜・花ふ・醤油	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほ キャベツと人参のだし煮	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 チンゲン菜と人参のサラ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・冬瓜・醤油	かゆペースト じゃが芋ペースト キャベツ・人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・キャベツ・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参
5	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーとワカメの 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・アスパラ・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・ワカメ・かぶ・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラと小松菜のどろ 人参の煮物	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・片栗粉・人参	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 カリフラワーとワカメの 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・アスパラ・出し汁・砂糖・醤油・カリフラワー・ワカメ・かぶ・豆乳・精製塩	かゆペースト 玉ねぎペースト カリフラワーペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・カリフラワー・かぶ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参		
6	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 人参とれんこんのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・人参・れんこん・大根・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ	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 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・大根		
7	金	かゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮 人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・トマト・出し汁・精製塩・人参・もやし・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた キャベツ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・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮 人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・トマト・出し汁・精製塩・人参	かゆペースト 助宗タラと小松菜のくたくた キャベツ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・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐・トマトペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・トマト・人参	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・バナナ
8	土	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のや みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 玉ねぎとほうれん草のや みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参		
9	日	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか きゅうりとお豆のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大豆・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらか きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・ワカメ・味噌	かゆペースト 白糸タラとチンゲン菜の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・小松菜・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参
10	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根とほうれん草の煮物 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・ほうれん草・人参・焼ふ・味噌・りんご	かゆ 豆腐と白菜のどろどろ煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 大根とほうれん草の煮物 フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・ほうれん草・人参・りんご	かゆペースト 豆腐と白菜のどろどろ煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト 大根・ほうれん草・人参 りんごペースト	おかゆ・かぼちゃ・大根・ほうれん草・人参・りんご	かゆペースト 豆腐・白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ
11	火	かゆ くたくた鶏うどん さつま芋のしらす煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・しらす干し・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のやわらか 小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆ くたくた鶏うどん さつま芋のしらす煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・しらす干し・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 助宗タラと人参のやわらか 小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 さつま芋ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋	かゆペースト 人参ペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・小松菜・かぶ
12	水	かゆ 白糸タラと白菜のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜のみそ煮 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆペースト 白菜ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・豆腐	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参
13	木	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ キャベツとかぶのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のどろどろ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほ キャベツとかぶのサラダ フルーツ (りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・りんご	かゆペースト 助宗タラのトマト煮 大根と人参のどろどろ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・かぶペースト りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・りんご	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・トマト・大根・人参・チンゲン菜
14	金	かゆ 鶏肉と冬野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・白菜・ブロッコリー・れんこん・人参・出し汁・味噌・きゅうり・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草のどろ どろ煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 鶏肉と冬野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・白菜・ブロッコリー・人参・出し汁・味噌・きゅうり・バナナ	かゆペースト 豆腐ペースト ブロッコリー・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・白菜・ブロッコリー・人参・バナナ	かゆペースト 人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋
15	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくた かぶサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ	かゆ 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくた かぶサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ	かゆペースト 助宗タラとキャベツのだ 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参 かぶペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・かぶ	かゆペースト キャベツペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんご	おかゆ・キャベツ・大根・人参・玉ねぎ・りんご

離乳食曜日		後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)			
		昼		夕		昼		夕		昼		夕	
		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧		使用食材一覧	
16	日	かゆ 助宗タラと大豆のトマト白菜サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大豆・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・花ふ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくたじゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト白菜サラダ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・白菜	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくたじゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	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	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・豆腐
17	月	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたかぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮かぶと人参のだし煮 スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・れんこん・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたかぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮かぶと人参のだし煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・オレンジ	かゆペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー 玉ねぎ・大根ペースト	おかゆ・小松菜・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参
18	火	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほきゃべつと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 チンゲン菜と人参のサラスまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・白菜・花ふ・醤油	かゆ 助宗タラとじゃが芋のほきゃべつと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・じゃが芋・出し汁・キャベツ・人参・豆腐・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのみそ煮 チンゲン菜と人参のサラスまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・味噌・チンゲン菜・人参・白菜・醤油	かゆペースト じゃが芋ペースト キャベツ・人参ペースト 豆腐ペースト・りんご	おかゆ・じゃが芋・キャベツ・人参・豆腐・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・白菜
19	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮もやしと人参のワカメサ豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・もやし・人参・ワカメ・かぶ・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラと小松菜のとり人参の煮物 フルーツ (みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・片栗粉・人参・みかん	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮人参のワカメサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・出し汁・砂糖・醤油・人参・ワカメ・かぶ・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラと小松菜のとり人参の煮物 フルーツ (みかん)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・片栗粉・人参・みかん	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト かぶペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・かぶ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参
20	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のじゃが芋のマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮人参とれんこんのだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・人参・れんこん・大根・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のじゃが芋のマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・人参・大根・味噌	かゆペースト チンゲン菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・チンゲン菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ	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 大根ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・大根
21	金	かゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・トマト・出し汁・精製塩・人参・もやし・醤油	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくたキャベツと人参のやわらかみそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・ワカメ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と豆腐のトマト煮人参のサラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆腐・トマト・出し汁・精製塩・人参	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくたキャベツと人参のやわらかみそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・キャベツ・人参・ワカメ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・豆腐・トマトペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・豆腐・トマト・人参	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・バナナ
22	土	かゆ 助宗タラと人参のだし煮玉ねぎとほうれん草のやみそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラと人参のだし煮玉ねぎとほうれん草のやみそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・玉ねぎ・ほうれん草・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・大根・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 人参ペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペースト 大根ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・ほうれん草・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参
23	日	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらかきゅうりとお豆のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・大豆・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のやわらかきゅうりとお豆のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・ソーメン・醤油・オレンジ	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・小松菜・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参
24	月	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ大根とほうれん草の煮物 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・ほうれん草・人参・焼ふ・味噌・りんご	かゆ 豆腐と白菜のとろとろ煮じゃが芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ大根とほうれん草の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・大根・ほうれん草・人参・りんご	かゆ 豆腐と白菜のとろとろ煮じゃが芋と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・白菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト 大根・ほうれん草・人参 りんごペースト	おかゆ・かぼちゃ・大根・ほうれん草・人参・りんご	かゆペースト 豆腐・白菜ペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・白菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ
25	火	かゆ たくたく鶏うどん さつま芋のしらす煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・しらす干し・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のやわらか小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆ たくたく鶏うどん さつま芋のしらす煮 みそ汁 フルーツ (オレンジ)	うどん・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・醤油・砂糖・さつま芋・しらす干し・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと人参のやわらか小松菜のだし煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・小松菜・かぶ・味噌	かゆペースト 人参ペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 さつま芋ペースト	うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋	かゆペースト 小松菜ペースト かぶペースト	おかゆ・人参・小松菜・かぶ
26	水	かゆ 白糸タラと白菜のみそ煮玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・焼ふ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜のみそ煮玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・豆腐・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト 豆腐ペースト・バナナペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・豆腐・バナナ	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参
27	木	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほきゃべつとかぶのサラダ みそ汁 (りんご)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のとろとろ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・大根・人参・出し汁・片栗粉・チンゲン菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほくほきゃべつとかぶのサラダ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・かぶ・りんご	かゆ 助宗タラのトマト煮 大根と人参のとろとろ煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・トマト・出し汁・精製塩・大根・人参・片栗粉・チンゲン菜・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 キャベツ・かぶペースト りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・キャベツ・かぶ・りんご	かゆペースト トマトペースト 大根・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・トマト・大根・人参・チンゲン菜
28	金	かゆ 人参かゆ 鶏肉と冬野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・人参・鶏肉・白菜・ブロッコリー・出し汁・味噌・きゅうり・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草のとろとろ煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・もやし・ワカメ・味噌	かゆ 人参かゆ 鶏肉と冬野菜のみそ煮 きゅうりのサラダ みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・人参・鶏肉・白菜・ブロッコリー・出し汁・味噌・きゅうり・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草のとろとろ煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆペースト 人参かゆペースト 白菜・ブロッコリーペースト バナナペースト	おかゆ・人参・白菜・ブロッコリー・バナナ	かゆペースト 豆腐ペースト ほうれん草・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・さつま芋
29	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくたかぶサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と玉ねぎのくたくたかぶサラダ	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぶ	かゆ 助宗タラとキャベツのだし煮 大根と人参のやわらか煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・大根・人参・玉ねぎ・味噌・りんご	かゆペースト 小松菜・玉ねぎ・人参 かぶペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・人参・かぶ	かゆペースト キャベツペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト・りんご	おかゆ・キャベツ・大根・人参・玉ねぎ・りんご
30	日	かゆ 助宗タラと大豆のトマト白菜サラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・大豆・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・花ふ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくたじゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト白菜サラダ	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・白菜	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくたじゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・カットトマトパック・水・精製塩・白菜	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	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト じゃが芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・じゃが芋・豆腐
31	月	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたかぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮かぶと人参のだし煮 スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・れんこん・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたかぼちゃとブロッコリー みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根・味噌	かゆ 白糸タラの豆乳煮かぶと人参のだし煮 フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・かぶ・人参・出し汁・オレンジ	かゆペースト 小松菜・人参ペースト かぼちゃ・ブロッコリー 玉ねぎ・大根ペースト	おかゆ・小松菜・人参・かぼちゃ・ブロッコリー・玉ねぎ・大根	かゆペースト 玉ねぎペースト かぶ・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぶ・人参