

		          											
雑乳食曜日		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	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧	昼	使用食材一覧	夕	使用食材一覧
1	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参
2	水	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 すまし汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・白菜・人参・バナナ
3	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・れんこん・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・花ふ・オレンジ	かゆ 鶏肉とブロッコリーのく 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・オレンジ	かゆ 鶏肉とブロッコリーのく 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆペースト かぼちゃペースト 人参ペースト	おかゆ・かぼちゃ・人参	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリーペースト 大根・さつま芋
4	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ 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・豆腐・もやし・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・なす・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ 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・豆腐・きゅうり・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のくたく 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・なす・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 豆腐ペースト りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参
5	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・人参・大根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のやわ さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・人参・大根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のやわ さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参・大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・大根	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・さつま芋・人参
6	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と小松菜のとろとろ じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・れんこん・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と小松菜のとろとろ じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・玉ねぎ・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 豆腐・小松菜・人参ペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・じゃが芋・玉ねぎ
7	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく ブロッコリーサラダ	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かゆ 助宗タラと玉ねぎのやわ かぼちゃのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく ブロッコリーサラダ	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かゆ 助宗タラと玉ねぎのやわ かぼちゃのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・醤油・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎ・人参 ブロッコリーペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・ブロッコリー	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・キャベツ
8	火	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・なす・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたく 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・れんこん・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・なす・味噌	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくたく 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋	かゆペースト 小松菜ペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・大根・人参・玉ねぎ
9	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・コーン・出し汁・醤油・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・もやし・チンゲン菜・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・醤油・バナナ	かゆ 白糸タラのトマト煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・チンゲン菜・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・バナナ	かゆペースト トマトペースト 白菜・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・トマト・白菜・人参・チンゲン菜
10	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・花ふ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐
11	金	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたく キャベツともやしのサラダ フルーツ (りんご)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたく キャベツサラダ フルーツ (りんご)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト キャベツペースト りんごペースト	うどん・チンゲン菜・人参・キャベツ・りんご	かゆペースト じゃが芋ペースト 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
12	土	かゆ 鶏肉と野菜のとろみ煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・トマト・大根・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろみ煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・トマト・大根・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト さつま芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さつま芋・豆腐	かゆペースト かぼちゃペースト トマトペースト 大根ペースト	おかゆ・かぼちゃ・トマト・大根
13	日	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 すまし汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・白菜・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたく きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと野菜のみそ煮 すまし汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・白菜・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたく きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜・りんご	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉ねぎ
14	月	人参かゆ 鶏肉と野菜のくたくたく トマトとアスパラのサ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のやわ らな ブロッコリーと大根のサ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌	人参かゆ 鶏肉と野菜のくたくたく トマトとアスパラのサ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のやわ らな ブロッコリーと大根のサ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌	かゆペースト 人参かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト トマト・かぼちゃペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・小松菜・トマト・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ブロッコリー・大根ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・大根・豆腐
15	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとり 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参

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				使用食材一覧				夕				使用食材一覧				昼				使用食材一覧				夕				使用食材一覧			
	使用食材一覧				夕				使用食材一覧				夕				使用食材一覧				昼				使用食材一覧				夕				使用食材一覧			
16	水	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 白菜タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 白菜タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・白菜・人参・バナナ																							
17	木	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・花ふ・オレンジ	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 かぼちゃのマッシュ すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・人参・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・ソーメン・オレンジ	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 大根サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌	かゆペースト 人参・ほうれん草ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・人参・ほうれん草・かぼちゃ	かゆペースト 玉ねぎ・ブロッコリーペースト 大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ブロッコリー・大根・さつま芋																							
18	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ 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・豆腐・きゅうり・トマト・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・れんこん・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 おとうふサラダ 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・豆腐・きゅうり・トマト・りんご	かゆ 助宗タラと野菜のくたくた 白菜と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・小松菜・出し汁・白菜・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 豆腐・トマトペースト りんごペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・豆腐・トマト・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト 白菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・白菜・人参																							
19	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・人参・大根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のやわ さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・人参・大根・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉とほうれん草のやわ さつま芋サラダ スープ	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 人参・大根ペースト	おかゆ・チンゲン菜・人参・大根	かゆペースト ほうれん草・玉ねぎペースト さつま芋ペースト 人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・さつま芋・人参																							
20	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ・焼ふ・味噌	かゆ 豆腐と小松菜のとろとろ じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・れんこん・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・ワカメ・味噌	かゆ 豆腐と小松菜のとろとろ じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・玉ねぎ・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 豆腐・小松菜・人参ペースト じゃが芋ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・小松菜・人参・じゃが芋・玉ねぎ																							
21	月	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた ブロッコリーサラダ	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かゆ 助宗タラと玉ねぎのやわ かぼちゃのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたくた ブロッコリーサラダ	おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・ブロッコリー	かゆ 助宗タラと玉ねぎのやわ かぼちゃのだし煮 すまし汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・かぼちゃ・キャベツ・醤油・オレンジ	かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎ・人参 ブロッコリーペースト	おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参・ブロッコリー	かゆペースト 玉ねぎペースト かぼちゃペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・かぼちゃ・キャベツ																							
22	火	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・れんこん・味噌	かゆ 豆腐と野菜のコトコト煮 じゃが芋サラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 豆腐ペースト 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・じゃが芋	かゆペースト 小松菜ペースト 大根・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・大根・人参・玉ねぎ																							
23	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・コーン・出し汁・醤油・オレンジ	かゆ 白菜タラのトマト煮 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・チンゲン菜・味噌・りんご	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 スープ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・豆乳・水・精製塩・人参・醤油・オレンジ	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・シロイトタラ・トマト・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・チンゲン菜・味噌・りんご	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参	かゆペースト トマトペースト 白菜ペースト チンゲン菜ペースト・りんご	おかゆ・トマト・白菜・人参・チンゲン菜・りんご																							
24	木	かゆ 助宗タラとほうれん草の 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・花ふ・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 小松菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・人参・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 大根と人参のだし煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・大根・人参・ワカメ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト ほうれん草ペースト 大根・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・大根・人参	かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜ペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・豆腐																							
25	金	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう キャベツともやしのサラ フルーツ (りんご)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・もやし・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ 白菜サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう キャベツサラダ フルーツ (りんご)	うどん・鶏肉・チンゲン菜・人参・出し汁・醤油・砂糖・キャベツ・りんご	かゆペースト チンゲン菜・人参ペースト キャベツペースト りんごペースト	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・白菜・なす・味噌	かゆペースト 人参ペースト キャベツペースト りんごペースト	うどん・チンゲン菜・人参・キャベツ・りんご	かゆペースト じゃが芋ペースト 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																							
26	土	かゆ 鶏肉と野菜のとろみ煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・豆腐・味噌	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・トマト・大根・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のとろみ煮 さつま芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・さつま芋・豆腐・味噌	かゆペースト 助宗タラとかぼちゃのほ トマトサラダ みそ汁・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・トマト・大根・味噌・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・小松菜ペースト さつま芋ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・小松菜・さつま芋・豆腐	かゆペースト かぼちゃペースト トマトペースト 大根ペースト	おかゆ・かぼちゃ・トマト・大根																							
27	日	かゆ 白菜タラと野菜のみそ煮 すまし汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・白菜・醤油・りんご	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたく きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆ 白菜タラと野菜のみそ煮 すまし汁 フルーツ (りんご)	おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・味噌・白菜・醤油・りんご	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト りんごペースト	おかゆ・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 白菜ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・白菜・りんご	かゆペースト ほうれん草ペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・玉ねぎ																							
28	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・小松菜・オレンジ	かゆ 助宗タラと野菜のやわらか ブロッコリーと大根のサ ラ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 トマトとアスパラのサラ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・グリーンアスパラ・かぼちゃ・小松菜・オレンジ	かゆペースト 助宗タラと野菜のやわらか ブロッコリーと大根のサ ラ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・ブロッコリー・大根・豆腐・味噌	かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 トマトペースト かぼちゃ・小松菜ペースト	おかゆ・キャベツ・玉ねぎ・人参・トマト・かぼちゃ・小松菜	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト ブロッコリー・大根ペースト 豆腐ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・大根・豆腐																							
29	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろ 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆ 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのとろ 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・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・人参・さつま芋・味噌・りんご	かゆペースト 鶏肉とじゃが芋のほっこ きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・人参・なす・ワカメ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト りんごペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋・りんご	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎペースト 人参ペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参																							
30	水	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆ 白菜タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と小松菜のみそ煮 キャベツと人参のだし煮 すまし汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・味噌・キャベツ・人参・玉ねぎ・醤油	かゆペースト 白菜タラとチンゲン菜の 白菜と人参のだし煮 フルーツ (バナナ)	おかゆ・シロイトタラ・チンゲン菜・出し汁・白菜・人参・バナナ	かゆペースト 小松菜ペースト キャベツ・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・小松菜・キャベツ・人参・玉ねぎ	かゆペースト チンゲン菜ペースト 白菜・人参ペースト バナナペースト	おかゆ・チンゲン菜・白菜・人参・バナナ																							