

		後期 (9~11ヶ月)				中期 (7~8ヶ月)				初期 (5~6ヶ月)							
離乳食曜日		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	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 豆腐と野菜のサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 豆腐と野菜のサラダ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペ トマト・キャベツペ 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・トマト・キャベツ・人参	かゆペースト かぼちゃペースト 豆腐・ブロッコリー・人 チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・かぼちゃ・豆腐・ブ ロccoliリー・人参・チンゲン 菜・バナナ		
2	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	かゆ やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)	ソーメン・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 大根・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・大 根・人参・白菜				
3	金	かゆ 鶏肉とさつまいの豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまい・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉とさつまいの豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまい・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌・バナナ	かゆペースト さつまい・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつまい・人参・玉 ねぎ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペース 玉ねぎペースト・バナナ	おかゆ・トマト・チンゲン 菜・人参・玉ねぎ・バナナ				
4	土	かゆ 白糸タラとほうれん草の 豆腐と白菜ののろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツのしらすサラダ スープ・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・しらす干し・大根・ワカメ・オレンジ	かゆ 白糸タラとほうれん草の 豆腐と白菜ののろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツのしらすサラダ スープ・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・しらす干し・大根・ワカメ・オレンジ	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・白菜・人参ペース	おかゆ・ほうれん草・豆腐・白菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャ ベツ・大根・オレンジ				
5	日	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・醤油	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 さつまいのマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・さつまい・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・醤油	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 さつまいのマッシュ みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・さつまい・玉ねぎ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜ペ 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン 菜・人参	かゆペースト 人参ペースト さつまいペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・さつまい・玉 ねぎ				
6	月	かゆ 助宗タラとブロッコリー 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 白菜サラダ スープ	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・味噌・片栗粉・白菜・じゃが芋・醤油	かゆ 助宗タラとブロッコリー 大根と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 白菜サラダ スープ	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・味噌・片栗粉・白菜・じゃが芋・醤油	かゆペースト ブロッコリーペースト 大根・人参ペースト キャベツペースト・フル	おかゆ・ブロッコリー・大 根・人参・キャベツ・オレンジ	かゆペースト 豆腐・人参ペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・人参・白菜・ じゃが芋				
7	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか さつまいサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか さつまいサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまい・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいペースト チンゲン菜・人参ペース	おかゆ・玉ねぎ・さつまい・ チンゲン菜・人参	かゆペースト トマトペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・人参・玉ね ぎ				
8	水	かゆ 豆腐と野菜ののろみ煮 大根とほうれん草のサ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろみ煮 大根とほうれん草のサ	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 豆腐・人参・玉ねぎペ 大根・ほうれん草ペース	おかゆ・豆腐・人参・玉ね ぎ・大根・ほうれん草	かゆペースト ブロッコリーペースト 白菜・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・白 菜・人参・じゃが芋				
9	木	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこ きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし チンゲン菜のくたくた煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉とかぼちゃのほっこ きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・キャベツ・花ふ・味噌・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし チンゲン菜のくたくた煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト かぼちゃ・人参ペースト キャベツペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・かぼちゃ・人参・キ ャベツ・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チン ゲン菜				
10	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ スープ・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草ののろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ スープ・フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草ののろ 人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 トマト・白菜・小松菜ペ バナナペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・ 人参・トマト・白菜・小松 菜・バナナ	かゆペースト 豆腐・ほうれん草ペース 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・ 人参・玉ねぎ				
11	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根と人参のしらすサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・大根・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりと人参のサ すまし汁・フルーツ (オ	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根と人参のしらすサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・大根・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりと人参のサ すまし汁・フルーツ (オ	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人 参	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト・フ	おかゆ・キャベツ・人参・チ ンゲン菜・オレンジ				
12	日	かゆ 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・じゃが芋・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 小松菜と人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・じゃが芋・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 小松菜と人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋・豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ね ぎ・人参・じゃが芋・豆腐	かゆペースト 白菜ペースト 小松菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・小松菜・人 参・玉ねぎ				
13	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラと人参のおろし キャベツのだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・キャベツ・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラと人参のおろし キャベツのだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・キャベツ・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人 参・チンゲン菜	かゆペースト 大根・人参ペースト キャベツ・玉ねぎペ ース	おかゆ・大根・人参・キャベ ツ・玉ねぎ				
14	火	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつまい・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつまい・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・ワカメ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつまいペースト・フル	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人 参・さつまい・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・じゃ が芋・小松菜				
15	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 豆腐と野菜のサ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちゃのほ 豆腐と野菜のサ みそ汁・フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちゃ・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペ トマト・キャベツペ 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・トマト・キャベツ・人 参	かゆペースト かぼちゃペースト 豆腐・ブロッコリー・人 チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・かぼちゃ・豆腐・ブ ロccoliリー・人参・チンゲン 菜・バナナ				

		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	使用食材一覧
16	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)	ソーメン・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 大根・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・大根・人参・白菜
17	金	かゆ 鶏肉とさつまいもの豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とさつまいもの豆乳煮 玉ねぎのだし煮 ヨーグルト	おかゆ・鶏肉・さつまいも・人参・豆乳・水・精製塩・玉ねぎ・出し汁・ヨーグルト・砂糖	かゆ 助宗タラのトマト煮 チンゲン菜と人参のだし みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・出し汁・玉ねぎ・味噌	かゆペースト さつまいも・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・さつまいも・人参・玉ねぎ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参・玉ねぎ
18	土	かゆ 白糸タラとほうれん草の豆腐と白菜ののろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツのしらすサラダ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・しらす干し・大根・ワカメ・オレンジ	かゆ 白糸タラとほうれん草の豆腐と白菜ののろみ煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・ほうれん草・出し汁・豆腐・白菜・人参・片栗粉・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツのしらすサラダ スープ・フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・しらす干し・大根・ワカメ・オレンジ	かゆペースト ほうれん草ペースト 豆腐・白菜・人参ペースト	おかゆ・ほうれん草・豆腐・白菜・人参	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ・大根・オレンジ
19	日	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・冬瓜・醤油	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 さつまいものマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉とチンゲン菜のみそ きゅうりサラダ すまし汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・チンゲン菜・人参・出し汁・味噌・きゅうり・なす・冬瓜・醤油	かゆ 助宗タラと人参のだし煮 さつまいものマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・さつまいも・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・チンゲン菜 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・チンゲン菜・人参	かゆペースト 人参ペースト さつまいもペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・人参・さつまいも・玉ねぎ
20	月	かゆ 助宗タラとブロッコリー 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 白菜サラダ スープ	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・味噌・片栗粉・白菜・じゃが芋・醤油	かゆ 助宗タラとブロッコリー 大根と人参の煮物 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌	かゆ 豆腐と野菜のみそ煮 白菜サラダ スープ	おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・大根・人参・キャベツ・味噌	かゆペースト ブロッコリーペースト 大根・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・大根・人参・キャベツ	かゆペースト 豆腐・人参ペースト 白菜ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・豆腐・人参・白菜・じゃが芋
21	火	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか さつまいもサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか さつまいもサラダ 豆乳スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・さつまいも・チンゲン菜・人参・豆乳・精製塩	かゆ 助宗タラのトマト煮 きゅうりと人参のサラダ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・玉ねぎ・ワカメ・出し汁・味噌	かゆペースト 玉ねぎペースト さつまいもペースト チンゲン菜・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・さつまいも・チンゲン菜・人参	かゆペースト トマトペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・トマト・人参・玉ねぎ
22	水	かゆ 豆腐と野菜ののろみ煮 大根とほうれん草のサ ラダ	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・じゃが芋・味噌	かゆ 豆腐と野菜ののろみ煮 大根とほうれん草のサ ラダ	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・大根・ほうれん草	かゆ 鶏肉とブロッコリーのや 白菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・じゃが芋・味噌	かゆペースト 豆腐・人参・玉ねぎペ 大根・ほうれん草ペース	おかゆ・豆腐・人参・玉ねぎ・大根・ほうれん草	かゆペースト ブロッコリーペースト 白菜・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・ブロッコリー・白菜・人参・じゃが芋
23	木	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちやのマッシュ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・グリーンアスパラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし チンゲン菜のくたくた煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 かぼちやのマッシュ フルーツ (オレンジ)	おかゆ・鶏肉・キャベツ・グリーンアスパラ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちや・オレンジ	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし チンゲン菜のくたくた煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・チンゲン菜・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト キャベツ・人参ペースト かぼちやペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・キャベツ・人参・かぼちや・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・チンゲン菜
24	金	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ スープ・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草ののろ みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のほくほく煮 トマトと白菜のサラダ スープ・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・白菜・小松菜・ワカメ・バナナ	かゆ 豆腐とほうれん草ののろ みそ汁	おかゆ・豆腐・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・人参 ペースト トマト・白菜・小松菜ペ バナナペースト	おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・人参・トマト・白菜・小松菜・バナナ	かゆペースト 豆腐・ほうれん草ペース 人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・玉ねぎ
25	土	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根と人参のしらすサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・大根・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりと人参のサ ラダ すまし汁・フルーツ (オ レンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか 大根と人参のしらすサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・醤油・砂糖・大根・人参・しらす干し・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりと人参のサ ラダ すまし汁・フルーツ (オ レンジ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・人参・チンゲン菜・醤油・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎペースト 大根・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・大根・人参	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト・フ	おかゆ・キャベツ・人参・チンゲン菜・オレンジ
26	日	かゆ 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・じゃが芋・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 小松菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆ 助宗タラとほうれん草の 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・玉ねぎ・人参・味噌・じゃが芋・豆腐・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と白菜のやわらか煮 小松菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・醤油・砂糖・小松菜・人参・玉ねぎ・なす・味噌	かゆペースト ほうれん草ペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋・豆腐ペースト	おかゆ・ほうれん草・玉ねぎ・人参・じゃが芋・豆腐	かゆペースト 白菜ペースト 小松菜・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・小松菜・人参・玉ねぎ
27	月	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラと人参のおろし キャベツのだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・キャベツ・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆ 鶏肉と玉ねぎのトマト煮 きゅうりと人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・きゅうり・人参・チンゲン菜・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラと人参のおろし キャベツのだし煮 みそ汁	おかゆ・シロイトタラ・大根・人参・出し汁・キャベツ・玉ねぎ・花ふ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・トマトペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・トマト・人参・チンゲン菜	かゆペースト 大根・人参ペースト キャベツ・玉ねぎペース	おかゆ・大根・人参・キャベツ・玉ねぎ
28	火	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・ワカメ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のだし煮 玉ねぎと人参のやわらか みそ汁・フルーツ (オレ ンジ)	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・玉ねぎ・人参・さつまいも・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 ポテトサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・なす・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・小松菜・ワカメ・味噌	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつまいもペースト・フル	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参・さつまいも・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト じゃが芋ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・じゃが芋・小松菜
29	水	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサ ラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちやのほ 豆腐と野菜のサ ラダ みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちや・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 トマトとキャベツのサ ラダ みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・ほうれん草・豆乳・水・精製塩・トマト・キャベツ・人参・出し汁・醤油	かゆ 助宗タラとかぼちやのほ 豆腐と野菜のサ ラダ みそ汁・フルーツ (バナ ナ)	おかゆ・スケソウタラ・かぼちや・出し汁・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・ほうれん草ペ トマト・キャベツペ 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・トマト・キャベツ・人参	かゆペースト かぼちやペースト 豆腐・ブロッコリー・人 チンゲン菜ペースト・バ	おかゆ・かぼちや・豆腐・ブロッコリー・人参・チンゲン菜・バナナ
30	木	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	やわらか野菜そうめん きゅうりサラダ じゃが芋のマッシュ フルーツ (オレンジ)	ソーメン・鶏肉・人参・ワカメ・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・じゃが芋・オレンジ	かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 大根と人参のだし煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・小松菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・白菜・焼ふ・味噌	そうめんペースト 人参ペースト じゃが芋ペースト フルーツ (オレンジ)	ソーメン・人参・じゃが芋・オレンジ	かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト 大根・人参ペースト 白菜ペースト	おかゆ・小松菜・玉ねぎ・大根・人参・白菜