



| 日 | 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 | 金 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼ ちゃ | かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人 参・チンゲン菜・さつま芋 |
| 2 | 土 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッ コリー・出し汁・味噌・玉ね ぎ・人参・大根・醤油・ヨーグ ルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し 汁・砂糖・醤油・白菜・人参・ 玉ねぎ・味噌 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッ コリー・出し汁・味噌・玉ね ぎ・人参・大根・醤油・ヨーグ ルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・ブロッ コリー・出し汁・味噌・玉ね ぎ・人参・大根・醤油・ヨーグ ルト・砂糖 | かゆペースト ブロッコリーペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト | おかゆ・ブロッコリー・玉ね ぎ・人参・大根 | かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・小松菜・白菜・人 参・玉ねぎ |
| 3 | 日 | かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのだし煮 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・玉ねぎ・じゃが芋・ワカ メ・味噌 | かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・シロイトタラ・なす・ 人参・出し汁・きゅうり・チン ゲン菜・花ふ・味噌・オレンジ | かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのだし煮 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・玉ねぎ・じゃが芋・ワカ メ・味噌 | かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・シロイトタラ・なす・ 人参・出し汁・きゅうり・チン ゲン菜・花ふ・味噌・オレンジ | かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト | おかゆ・豆腐・ほうれん草・ 人参・玉ねぎ・じゃが芋 | かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト フルーツ (オレンジ) | おかゆ・人参・チンゲン菜・ オレンジ |
| 4 | 月 | かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 人参のだし煮 スープ | おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・豆乳・水・精製塩・人参・ 出し汁・白菜・醤油 | かゆ 鶏肉とキャベツのやわら かぼちゃと玉ねぎのだし すまし汁 | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・かぼ ちゃ・玉ねぎ・ソーメン | かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 人参のだし煮 スープ | おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・豆乳・水・精製塩・人参・ 出し汁・白菜・醤油 | かゆ 鶏肉とキャベツのやわら かぼちゃと玉ねぎのだし すまし汁 | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人 参・出し汁・砂糖・醤油・かぼ ちゃ・玉ねぎ・ソーメン | 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 キャベツ・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペース | おかゆ・キャベツ・人参・か ぼちゃ・玉ねぎ |
| 5 | 火 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・豆腐・花ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 なすと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・なす・人参・ 出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味 噌・オレンジ | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大 根・人参・豆腐・花ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 なすと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・なす・人参・ 出し汁・玉ねぎ・ワカメ・味 噌・オレンジ | かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 大根・人参ペースト 豆腐ペースト | おかゆ・チンゲン菜・玉ね ぎ・大根・人参・豆腐 | 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・フルー | おかゆ・トマト・人参・玉ね ぎ・オレンジ |
| 6 | 水 | かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ | おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・小松菜・人参・キ ャベツ・味噌・バナナ | かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ 人参・白菜・味噌 | かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ | おかゆ・シロイトタラ・玉ね ぎ・出し汁・小松菜・人参・キ ャベツ・味噌・バナナ | かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出 し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・ 人参・白菜・味噌 | かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト キャベツペースト・バナ | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人 参・キャベツ・バナナ | かゆペースト ほうれん草ペースト じゃが芋・人参ペースト 白菜ペースト | おかゆ・ほうれん草・じゃが 芋・人参・白菜 |
| 7 | 木 | かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ さつま芋のマッシュ ヨーグルト | ソーメン・鶏肉・なす・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマ ト・さつま芋・人参・ヨーグル ト | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根とチンゲン菜のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・チ ンゲン菜・しらす干し・豆腐・ 焼ふ・味噌 | かゆ やわらか野菜そうめん トマトサラダ さつま芋のマッシュ ヨーグルト | ソーメン・鶏肉・なす・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・トマ ト・さつま芋・人参・ヨーグル ト | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根とチンゲン菜のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・チ ンゲン菜・しらす干し・豆腐・ 焼ふ・味噌 | かゆペースト そうめんペースト 玉ねぎ・トマトペースト さつま芋・人参ペースト | ソーメン・玉ねぎ・トマト・ さつま芋・人参 | かゆペースト 人参ペースト 大根・チンゲン菜ペース 豆腐ペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・大 根・チンゲン菜・豆腐 |
| 8 | 金 | かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜と人参のサラダ フルーツ (オレンジ) | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・オレンジ | かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バ | おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・味噌・キャベツ・ 人参・もやし・ワカメ・醤油・ バナナ | かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜と人参のサラダ フルーツ (オレンジ) | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ね ぎ・出し汁・砂糖・醤油・白 菜・人参・オレンジ | かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バ | おかゆ・スケソウタラ・玉ね ぎ・出し汁・味噌・キャベツ・ 人参・ワカメ・醤油・バナナ | かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペー 白菜・人参ペースト フルーツ (オレンジ) | おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・ 白菜・人参・オレンジ | かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト バナナペースト | おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・ 人参・バナナ |
| 9 | 土 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のトマト チンゲン菜と人参のサ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・チン ゲン菜・人参・なす・花ふ・出 し汁・味噌 | かゆ 豆腐と小松菜のコトコト 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・小松菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・さ つま芋・味噌 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のトマト チンゲン菜と人参のサ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ね ぎ・トマト・水・精製塩・チン ゲン菜・人参・なす・花ふ・出 し汁・味噌 | かゆ 豆腐と小松菜のコトコト 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・小松菜・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・さ つま芋・味噌 | かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・トマ チンゲン菜・人参ペー | おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・ トマト・チンゲン菜・人参 | かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペー 大根ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・豆腐・小松菜・人 参・大根・さつま芋 |
| 10 | 日 | かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃののろみ煮 すまし汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・ 片栗粉・玉ねぎ・ワカメ | かゆ 助宗タラと人参のやわら ほうれん草と玉ねぎのだ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・ キャベツ・味噌・ヨーグルト・ 砂糖 | かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃののろみ煮 すまし汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・ 砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・ 片栗粉・玉ねぎ・ワカメ | かゆ 助宗タラと人参のやわら ほうれん草と玉ねぎのだ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・人参・ 出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・ キャベツ・味噌・ヨーグルト・ 砂糖 | かゆペースト 白菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・白菜・かぼちゃ・人 参・玉ねぎ | かゆペースト 人参ペースト ほうれん草・玉ねぎペー キャベツペースト | おかゆ・人参・ほうれん草・ 玉ねぎ・キャベツ |
| 11 | 月 | かゆ 助宗タラと小松菜ののろ ブロッコリーと人参のだ みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ ブロッコリー・人参・大根・豆 腐・味噌 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人 参・焼ふ・味噌 | かゆ 助宗タラと小松菜ののろ ブロッコリーと人参のだ みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・小松 菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ ブロッコリー・人参・大根・豆 腐・味噌 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくた 人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉 ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人 参・焼ふ・味噌 | かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペー 大根・豆腐ペースト | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・ブ ロッコリー・人参・大根・豆 腐 | かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペー 人参ペースト | おかゆ・チンゲン菜・玉ね ぎ・人参 |
| 12 | 火 | かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう ぎつま芋のマッシュ 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・オレンジ | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・ 水・精製塩・ほうれん草・人 参・白菜・ワカメ・出し汁・醬 油 | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサ 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・オレンジ | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・ 水・精製塩・ほうれん草・人 参・白菜・ワカメ・出し汁・醬 油 | かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 さつま芋ペースト フルーツ (オレンジ) | うどん・キャベツ・玉ねぎ・ 人参・さつま芋・オレンジ | かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペー 白菜ペースト | おかゆ・玉ねぎ・ほうれん 草・人参・白菜 |
| 13 | 水 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか チンゲン菜と人参のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・ 人参・しらす干し・もやし・焼 ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ | おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・小松菜・人 参・豆腐・かぼちゃ・出し汁・ 味噌・バナナ | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか チンゲン菜と人参のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し 汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・ 人参・しらす干し・焼ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ | おかゆ・スケソウタラ・トマ ト・水・精製塩・小松菜・人 参・豆腐・かぼちゃ・出し汁・ 味噌・バナナ | かゆペースト 玉ねぎペースト チンゲン菜・人参ペー | おかゆ・玉ねぎ・チンゲン 菜・人参 | かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参・豆腐ペー かぼちゃペースト・バナ | おかゆ・トマト・小松菜・人 参・豆腐・かぼちゃ・バナナ |
| 14 | 木 | かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ ん草・出し汁・白菜・人参・玉 ねぎ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・キ ャベツ・ワカメ・味噌 | かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 大根サラダ みそ汁・フルーツ (オレ | おかゆ・スケソウタラ・ほうれ ん草・出し汁・白菜・人参・玉 ねぎ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・大根・キ ャベツ・ワカメ・味噌 | かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フルー | おかゆ・ほうれん草・白菜・ 人参・玉ねぎ・オレンジ | かゆペースト 人参ペースト 大根ペースト キャベツペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・大 根・キャベツ |
| 15 | 金 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・かぼち ゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜ののろろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・ 出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・ チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼ ちゃ | かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペー チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人 参・チンゲン菜・さつま芋 |

| 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 | | 夕 | | 使用食材一覧 | | 昼 | | 使用食材一覧 | | 夕 | | 使用食材一覧 | |
| | 16 | 土 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌 | かゆペースト ブロッコリーペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト | おかゆ・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・大根 | かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ | | |
| 17 | 日 | かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのだし煮 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・玉ねぎ・じゃが芋・ワカメ・味噌 | かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌・オレンジ | かゆ 豆腐とほうれん草のコト 玉ねぎのだし煮 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・玉ねぎ・じゃが芋・ワカメ・味噌 | かゆ 白糸タラとなすのやわら きゅうりサラダ みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・シロイトタラ・なす・人参・出し汁・きゅうり・チンゲン菜・花ふ・味噌・オレンジ | かゆペースト 豆腐・ほうれん草・人参 玉ねぎペースト じゃが芋ペースト | おかゆ・豆腐・ほうれん草・人参・玉ねぎ・じゃが芋 | かゆペースト 人参ペースト チンゲン菜ペースト フルーツ (オレンジ) | おかゆ・人参・チンゲン菜・オレンジ | | | |
| 18 | 月 | かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 人参のだし煮 スープ | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・醤油 | かゆ 鶏肉とキャベツのやわら かぼちゃと玉ねぎのだし すまし汁 | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン | かゆ 助宗タラと玉ねぎの豆乳 人参のだし煮 スープ | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・人参・出し汁・白菜・醤油 | かゆ 鶏肉とキャベツのやわら かぼちゃと玉ねぎのだし すまし汁 | おかゆ・鶏肉・キャベツ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・玉ねぎ・ソーメン | 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 キャベツ・人参ペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト | おかゆ・キャベツ・人参・かぼちゃ・玉ねぎ | | | |
| 19 | 火 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌 | かゆ 助宗タラとブロッコリー なすと人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・なす・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく 大根と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・大根・人参・豆腐・花ふ・味噌 | かゆ 助宗タラとブロッコリー なすと人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・なす・人参・玉ねぎ・ワカメ・味噌 | かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト 大根・人参ペースト 豆腐ペースト | おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・大根・人参・豆腐 | かゆペースト ブロッコリーペースト 人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・ブロッコリー・人参・玉ねぎ | | | |
| 20 | 水 | かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・キャベツ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・白菜・味噌 | かゆ 白糸タラと玉ねぎのやわ 小松菜と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・シロイトタラ・玉ねぎ・出し汁・小松菜・人参・キャベツ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のくたくた煮 じゃが芋と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・ほうれん草・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・人参・白菜・味噌 | かゆペースト 玉ねぎペースト 小松菜・人参ペースト キャベツペースト・フル | おかゆ・玉ねぎ・小松菜・人参・キャベツ・オレンジ | かゆペースト ほうれん草ペースト じゃが芋・人参ペースト 白菜ペースト | おかゆ・ほうれん草・じゃが芋・人参・白菜 | | | |
| 21 | 木 | かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつま芋サラダ ヨーグルト | おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・味噌・さつま芋・人参・きゅうり・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根とチンゲン菜のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌 | かゆ 鶏肉と野菜のみそ煮 さつま芋サラダ ヨーグルト | おかゆ・鶏肉・なす・玉ねぎ・出し汁・味噌・さつま芋・人参・きゅうり・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根とチンゲン菜のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・チンゲン菜・しらす干し・豆腐・焼ふ・味噌 | かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋・人参ペースト | おかゆ・玉ねぎ・さつま芋・人参 | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根・チンゲン菜ペースト 豆腐ペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・大根・チンゲン菜・豆腐 | | | |
| 22 | 金 | かゆ 鶏肉と夏野菜のほくほく 白菜と人参のサラダ フルーツ (オレンジ) | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ | かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バナ) | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・キャベツ・人参・もやし・ワカメ・醤油・バナナ | かゆ 助宗タラと玉ねぎのみそ キャベツと人参のサラダ すまし汁・フルーツ (バナ) | おかゆ・鶏肉・かぼちゃ・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・オレンジ | かゆペースト かぼちゃ・玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト フルーツ (オレンジ) | おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・味噌・キャベツ・人参・ワカメ・醤油・バナナ | かゆペースト かゆペースト 玉ねぎペースト さつま芋ペースト | おかゆ・かぼちゃ・玉ねぎ・白菜・人参・オレンジ | かゆペースト 玉ねぎペースト キャベツ・人参ペースト バナナペースト | おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参・バナナ | | | |
| 23 | 土 | かゆ 鶏肉とじゃが芋のトマト チンゲン菜と人参のサラ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・花ふ・出し汁・味噌 | かゆ 豆腐と小松菜のコトコト 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌 | かゆ 豆腐と小松菜のコトコト 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・なす・花ふ・出し汁・味噌 | かゆ 鶏肉と小松菜のコトコト 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・小松菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・さつま芋・味噌 | かゆペースト じゃが芋・玉ねぎ・トマト チンゲン菜・人参ペースト | おかゆ・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・チンゲン菜・人参 | かゆペースト 豆腐・小松菜・人参ペースト 大根ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・豆腐・小松菜・人参・大根・さつま芋 | | | |
| 24 | 日 | かゆ 鶏肉と白菜のくたくた煮 かぼちゃのとりみ煮 すまし汁 | おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・片栗粉・玉ねぎ・ワカメ | かゆ 助宗タラと人参のやわら ほうれん草と玉ねぎのだ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 助宗タラと人参のやわら ほうれん草と玉ねぎのだ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・鶏肉・白菜・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・人参・片栗粉・玉ねぎ・ワカメ | かゆ 助宗タラと人参のやわら ほうれん草と玉ねぎのだ みそ汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・人参・出し汁・ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ・味噌・ヨーグルト・砂糖 | かゆペースト 白菜ペースト かぼちゃ・人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・白菜・かぼちゃ・人参・玉ねぎ | かゆペースト 人参ペースト ほうれん草・玉ねぎペースト キャベツペースト | おかゆ・人参・ほうれん草・玉ねぎ・キャベツ | | | |
| 25 | 月 | かゆ 助宗タラと小松菜のとり ブロッコリーと人参のだ みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ブロッコリー・人参・大根・豆腐・味噌 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌 | かゆ 助宗タラと小松菜のとり ブロッコリーと人参のだ みそ汁 | おかゆ・スケソウタラ・小松菜・玉ねぎ・出し汁・片栗粉・ブロッコリー・人参・大根・豆腐・味噌 | かゆ 鶏肉とチンゲン菜のくたく 人参のだし煮 みそ汁 | おかゆ・鶏肉・チンゲン菜・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・人参・焼ふ・味噌 | かゆペースト 小松菜・玉ねぎペースト ブロッコリー・人参ペースト 大根・豆腐ペースト | おかゆ・小松菜・玉ねぎ・ブロッコリー・人参・大根・豆腐 | かゆペースト チンゲン菜・玉ねぎペースト 人参ペースト | おかゆ・チンゲン菜・玉ねぎ・人参 | | | |
| 26 | 火 | かゆ 鶏肉と野菜のくたくたう さつま芋のマッシュ 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・オレンジ | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油 | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ | 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・オレンジ | かゆ 鶏肉と玉ねぎの豆乳煮 ほうれん草と人参のサラ スープ | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・豆乳・水・精製塩・ほうれん草・人参・白菜・ワカメ・出し汁・醤油 | かゆペースト キャベツ・玉ねぎ・人参 さつま芋ペースト フルーツ (オレンジ) | うどん・キャベツ・玉ねぎ・人参・さつま芋・オレンジ | かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト 白菜ペースト | おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参・白菜 | | | |
| 27 | 水 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか チンゲン菜と人参のしら みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・しらす干し・もやし・焼ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・豆腐・かぼちゃ・出し汁・味噌・バナナ | かゆ 助宗タラのトマト煮 お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ) | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・チンゲン菜・人参・しらす干し・焼ふ・味噌 | かゆ 助宗タラのトマト煮 お豆腐サラダ みそ汁・フルーツ (バナ) | おかゆ・スケソウタラ・トマト・水・精製塩・小松菜・人参・豆腐・かぼちゃ・出し汁・味噌・バナナ | 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 | かゆペースト トマトペースト 小松菜・人参・豆腐ペースト かぼちゃペースト・バナ | おかゆ・トマト・小松菜・人参・豆腐・かぼちゃ・バナナ | | | |
| 28 | 木 | かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・キャベツ・ワカメ・味噌 | かゆ 助宗タラとほうれん草の 白菜と人参の煮物 みそ汁・フルーツ (オレ) | おかゆ・スケソウタラ・ほうれん草・出し汁・白菜・人参・玉ねぎ・味噌・オレンジ | かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 大根サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・大根・キャベツ・ワカメ・味噌 | かゆペースト ほうれん草ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト・フル | おかゆ・ほうれん草・白菜・人参・玉ねぎ・オレンジ | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト キャベツペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・大根・キャベツ | | | |
| 29 | 金 | かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか かぼちゃサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜のとりとろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆ 豆腐と野菜のとりとろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・かぼちゃ・なす・味噌 | かゆ 豆腐と野菜のとりとろ煮 チンゲン菜サラダ みそ汁 | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・チンゲン菜・さつま芋・味噌 | かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト | おかゆ・玉ねぎ・人参・かぼちゃ | かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト さつま芋ペースト | おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・さつま芋 | | | |
| 30 | 土 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌 | かゆ 助宗タラとブロッコリー 玉ねぎと人参のだし煮 すまし汁・ヨーグルト | おかゆ・スケソウタラ・ブロッコリー・出し汁・味噌・玉ねぎ・人参・大根・醤油・ヨーグルト・砂糖 | かゆ 鶏肉と小松菜のくたくた 白菜と人参のサラダ みそ汁 | おかゆ・鶏肉・小松菜・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・玉ねぎ・味噌 | かゆペースト ブロッコリーペースト 玉ねぎ・人参ペースト 大根ペースト | おかゆ・ブロッコリー・玉ねぎ・人参・大根 | かゆペースト 小松菜ペースト 白菜・人参ペースト 玉ねぎペースト | おかゆ・小松菜・白菜・人参・玉ねぎ | | | |