

4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		夕		使用食材一覧		昼		使用食材一覧		夕		使用食材一覧	
	1	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆペースト チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・大根・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋		
2	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト キャベツと人参のやわらか煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト キャベツと人参のやわらか煮	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	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	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・トマト・玉ねぎ			
3	月	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのおろし煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのおろし煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 白菜・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・白菜・人参・じゃが芋	かゆペースト 大根ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト・フ	おかゆ・大根・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・オレンジ			
4	火	かゆ 助宗タラとキャベツのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・なす・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆ 助宗タラとキャベツのやわらか煮 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・なす・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜のとろとろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト フルーツ (不知火)	おかゆ・キャベツ・人参・不知火 (しらぬい)	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ			
5	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ほうれん草と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・ワカメ	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた もやしと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・もやし・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか煮 ほうれん草と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・ワカメ	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・人参・バナナ			
6	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のかぼちゃのとろみ煮 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・かぼちゃ・片栗粉・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・スナップエンドウ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・出し汁・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜のかぼちゃのとろみ煮 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・かぼちゃ・片栗粉・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・出し汁・醤油	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぼちゃ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参			
7	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・もやし・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜と人参のだし煮 スープ・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマト・バック・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・大根・ワカメ・醤油・不知火 (しらぬい)	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 みそ汁 フルーツ (バナナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・焼ふ・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと野菜のトマト 白菜と人参のだし煮 スープ・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマト・バック・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・大根・ワカメ・醤油・不知火 (しらぬい)	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参・ブロッコリーペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・バナナ	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト 大根ペースト・フルーツ	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマトバック・白菜・人参・大根・不知火 (しらぬい)			
8	土	かゆ 助宗タラとキャベツのみきゅうりとトマトのサラダ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・トマト・玉ねぎ・醤油・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく 豆腐とチンゲン菜のコトコト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆ 助宗タラとキャベツのみきゅうりとトマトのサラダ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・トマト・玉ねぎ・醤油・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とかぼちゃのほくほく 豆腐とチンゲン菜のコトコト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆペースト キャベツペースト トマトペースト 玉ねぎペースト・フルー	おかゆ・キャベツ・トマト・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト 人参かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペースト 豆腐・チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・豆腐・チンゲン菜			
9	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 小松菜と大根のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・大根・しらす干し・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜のとろとろ 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・味噌・花ふ・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 小松菜と大根のしらす煮 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・大根・しらす干し・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜のとろとろ 玉ねぎと人参のみそ煮 すまし汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・味噌・花ふ・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜・大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・大根・さつま芋	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参			
10	月	かゆ 豆腐と人参のコトコト煮 じゃが芋のトマト煮	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆ 豆腐と人参のコトコト煮 じゃが芋のトマト煮	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩	かゆ 鶏肉とアスパラのやわらか煮 人参ときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆペースト 豆腐・人参ペースト じゃが芋・玉ねぎペースト トマトペースト	おかゆ・豆腐・人参・じゃが芋・玉ねぎ・トマト	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草			
11	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・なす・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎのだし 大根と人参の煮物 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 キャベツサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・なす・味噌	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 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ			
12	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・もやし・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 白菜と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた かぼちゃのマッシュ フルーツ (バナナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 豆腐・ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆペースト 小松菜ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・バナナ			
13	木	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラとさつま芋のほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・キャベツペースト	おかゆ・さつま芋・人参・玉ねぎ・キャベツ・オレンジ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参・大根			
14	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりとスナップエンドウ スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・スナップエンドウ・小松菜・もやし・バナナ	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 きゅうりサラダ スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・小松菜・バナナ	かゆ 助宗タラと白菜のくたくた じゃが芋と人参のマッシュ みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト バナナペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・バナナ	かゆペースト じゃが芋・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・じゃが芋・人参・玉ねぎ			
15	土	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 助宗タラとチンゲン菜の大根と人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか煮 さつま芋サラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆペースト チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・大根・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・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		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	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト キャベツと人参のやわらか	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのコトコト キャベツと人参のやわらか	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参	かゆ 鶏肉とほうれん草のくたくた トマトときゅうりのサラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	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	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・キャベツ・人参	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・トマト・玉ねぎ
17	月	かゆ 鶏肉と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのおろし煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜ののどろろ煮 じゃが芋のマッシュ みそ汁	おかゆ・鶏肉・白菜・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・じゃが芋・花ふ・味噌	かゆ 助宗タラのおろし煮 玉ねぎと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・大根・出し汁・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・ワカメ・味噌・オレンジ	かゆペースト 白菜・人参ペースト じゃが芋ペースト	おかゆ・白菜・人参・じゃが芋	かゆペースト 大根ペースト 玉ねぎ・人参ペースト チンゲン菜ペースト・フ	おかゆ・大根・玉ねぎ・人参・チンゲン菜・オレンジ
18	火	かゆ 助宗タラとキャベツのやわらか 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・なす・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆ 助宗タラとキャベツのやわらか 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (不知)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・人参・なす・味噌・不知火 (しらぬい)	かゆ 豆腐と野菜ののどろろ煮 かぼちゃサラダ すまし汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・片栗粉・かぼちゃ・ソーメン	かゆペースト キャベツペースト 人参ペースト フルーツ (不知火)	おかゆ・キャベツ・人参・不知火 (しらぬい)	かゆペースト 豆腐・玉ねぎ・人参ペースト かぼちゃペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・人参・かぼちゃ
19	水	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか ほうれん草と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・ワカメ	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた もやしと人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・もやし・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆ 鶏肉と玉ねぎのやわらか ほうれん草と人参のサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・ほうれん草・人参・ワカメ	かゆ 助宗タラと小松菜のくたくた 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・人参・花ふ・味噌・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト ほうれん草・人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・人参	かゆペースト 小松菜ペースト 人参ペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・人参・バナナ
20	木	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぼちゃののどろろ煮 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・かぼちゃ・片栗粉・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・スナップエンドウ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・出し汁・醤油	かゆ 白糸タラとチンゲン菜の かぼちゃののどろろ煮 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・かぼちゃ・片栗粉・豆腐・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜の豆乳煮 きゅうりサラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・キャベツ・スナップエンドウ・豆乳・水・精製塩・きゅうり・人参・出し汁・醤油	かゆペースト チンゲン菜ペースト かぼちゃペースト 豆腐ペースト	おかゆ・チンゲン菜・かぼちゃ・豆腐	かゆペースト 玉ねぎ・キャベツペースト 人参ペースト	おかゆ・玉ねぎ・キャベツ・人参
21	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 さつま芋サラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋・もやし・焼ふ・味噌	かゆ 助宗タラと野菜のトマト スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・大根・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・大根・ワカメ・醤油・バナナ	かゆ 助宗タラと野菜のトマト スープ・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマトパック・水・精製塩・白菜・人参・出し汁・大根・ワカメ・醤油・バナナ	かゆペースト 玉ねぎ・人参・ブロッコ りペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ブロッコリー・さつま芋	かゆペースト 野菜のトマト煮ペースト 白菜・人参ペースト 大根ペースト・バナナ	おかゆ・玉ねぎ・ほうれん草・カットトマトパック・白菜・人参・大根・バナナ
22	土	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりとトマトのサ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・トマト・玉ねぎ・醤油・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とかぼちゃのほろほ 豆腐とチンゲン菜のコ ト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆ 助宗タラとキャベツのみ きゅうりとトマトのサ すまし汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・キャベツ・出し汁・味噌・きゅうり・トマト・玉ねぎ・醤油・オレンジ	かゆ 人参かゆ 鶏肉とかぼちゃのほろほ 豆腐とチンゲン菜のコ ト	おかゆ・人参・鶏肉・玉ねぎ・かぼちゃ・出し汁・砂糖・醤油・豆腐・チンゲン菜	かゆペースト キャベツペースト トマトペースト 玉ねぎペースト・フル	おかゆ・キャベツ・トマト・玉ねぎ・オレンジ	かゆペースト 人参かゆペースト 玉ねぎ・かぼちゃペースト 豆腐・チンゲン菜ペースト	おかゆ・人参・玉ねぎ・かぼちゃ・豆腐・チンゲン菜
23	日	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 小松菜と大根のしらす みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・大根・しらす干し・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜ののどろろ 煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・味噌・花ふ・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 みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・小松菜・大根・しらす干し・さつま芋・ワカメ・味噌	かゆ 白糸タラと白菜ののどろろ 煮 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・シロイトタラ・白菜・出し汁・片栗粉・玉ねぎ・人参・味噌・花ふ・ソーメン・醤油・ヨーグルト・砂糖	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜・大根ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜・大根・さつま芋	かゆペースト 白菜ペースト 玉ねぎ・人参ペースト	おかゆ・白菜・玉ねぎ・人参
24	月	かゆ 豆腐と人参のコトコト 煮 じゃが芋のトマト煮	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩	かゆ 鶏肉とアスパラのやわ らか 人参ときゅうりのサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆ 豆腐と人参のコトコト 煮 じゃが芋のトマト煮	おかゆ・豆腐・人参・出し汁・砂糖・醤油・じゃが芋・玉ねぎ・トマト・水・精製塩	かゆ 鶏肉とアスパラのやわ らか 人参ときゅうりのサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・グリーンアスパラ・出し汁・砂糖・醤油・人参・きゅうり・ほうれん草・味噌	かゆペースト 人参ペースト じゃが芋・玉ねぎペースト トマトペースト	おかゆ・豆腐・人参・じゃが芋・玉ねぎ・トマト	かゆペースト 玉ねぎペースト 人参ペースト ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・ほうれん草
25	火	かゆ 助宗タラと玉ねぎの だし 大根と人参の煮物 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・なす・味噌	かゆ 助宗タラと玉ねぎの だし 大根と人参の煮物 みそ汁・ヨーグルト	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・出し汁・大根・人参・ワカメ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・玉ねぎ・人参・出し汁・大根・人参・ワカメ・焼ふ・味噌・ヨーグルト・砂糖	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 玉ねぎ・人参ペースト キャベツペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・キャベツ
26	水	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 白菜と人参のサ ラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆ 助宗タラと小松菜の くたくた かぼちゃのマッシュ みそ汁・フルーツ (バナ)	おかゆ・スケソウタラ・小松菜・出し汁・かぼちゃ・もやし・味噌・バナナ	かゆ 助宗タラと小松菜の くたくた 白菜と人参のサ ラダ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆ 助宗タラと小松菜の 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・小松菜・出し汁・かぼちゃ・バナナ	かゆペースト 玉ねぎペースト 白菜・人参ペースト 豆腐・ほうれん草ペースト	おかゆ・玉ねぎ・白菜・人参・豆腐・ほうれん草	かゆペースト 小松菜ペースト かぼちゃペースト バナナペースト	おかゆ・小松菜・かぼちゃ・バナナ
27	木	かゆ 白糸タラとさつま芋の ほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆ 白糸タラとさつま芋の ほ 人参のだし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・シロイトタラ・さつま芋・出し汁・人参・玉ねぎ・キャベツ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉のトマト煮 チンゲン菜と人参のサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・トマト・水・精製塩・チンゲン菜・人参・大根・焼ふ・出し汁・味噌	かゆペースト さつま芋ペースト 人参ペースト 玉ねぎ・キャベツペースト	おかゆ・さつま芋・人参・玉ねぎ・キャベツ・オレンジ	かゆペースト トマトペースト チンゲン菜・人参ペースト 大根ペースト	おかゆ・トマト・チンゲン菜・人参・大根
28	金	かゆ 鶏肉と野菜のやわらか 煮 きゅうりとスナッ プエン ドゥ スープ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・スナップエンドウ・小松菜	かゆ 助宗タラと白菜のく たく じゃが芋と豆腐の コトコ ト みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌	かゆ 助宗タラと白菜のく たく じゃが芋と豆腐の コトコ ト みそ汁	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・きゅうり・小松菜	かゆ 助宗タラと白菜のく たく じゃが芋と豆腐の コトコ ト みそ汁	おかゆ・スケソウタラ・白菜・出し汁・じゃが芋・豆腐・人参・玉ねぎ・味噌	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト 小松菜ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・小松菜	かゆペースト 白菜ペースト じゃが芋・豆腐・人参ペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・白菜・じゃが芋・豆腐・人参・玉ねぎ
29	土	かゆ 助宗タラとチンゲン 菜の 大根と人参の だし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわ らか 煮 さつま芋サ ラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆ 助宗タラとチンゲン 菜の 大根と人参の だし煮 みそ汁・フルーツ (オレ)	おかゆ・スケソウタラ・チンゲン菜・出し汁・大根・人参・焼ふ・味噌・オレンジ	かゆ 鶏肉と野菜のやわ らか 煮 さつま芋サ ラダ	おかゆ・鶏肉・玉ねぎ・人参・出し汁・砂糖・醤油・さつま芋	かゆペースト チンゲン菜ペースト 大根・人参ペースト フルーツ (オレンジ)	おかゆ・チンゲン菜・大根・人参・オレンジ	かゆペースト 玉ねぎ・人参ペースト さつま芋ペースト	おかゆ・玉ねぎ・人参・さつま芋
30	日	かゆ 豆腐と玉ねぎのコ トコト キャベツと人参の やわ らか みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・白菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草の くたく た トマトときゅう りのサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	かゆ 豆腐と玉ねぎのコ トコト キャベツと人参の やわ らか みそ汁	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・出し汁・砂糖・醤油・キャベツ・人参・白菜・味噌	かゆ 鶏肉とほうれん草の くたく た トマトときゅう りのサ ラダ みそ汁	おかゆ・鶏肉・ほうれん草・人参・出し汁・砂糖・醤油・トマト・きゅうり・玉ねぎ・味噌	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 白菜ペースト	おかゆ・豆腐・玉ねぎ・キャベツ・人参・白菜	かゆペースト ほうれん草・人参ペースト トマトペースト 玉ねぎペースト	おかゆ・ほうれん草・人参・トマト・玉ねぎ